

KENNETH RING

POSOLSTVO
SVETLA

Kenneth Ring, Ph.D., Evelyn Elsaesser Valarinová
LESSONS FROM THE LIGHT

Copyright © 1998 by Kenneth Ring
Translation © 2006 by Štefan Kočiš
Jacket design © 2006 by Viera Fabianová
Slovak edition © 2006 by Ikar

www.Elsaesser-Valarino.com

Z anglického originálu Lessons from the Light
(First Moment Point Press Paperback Edition, 2000)
preložil Štefan Kočiš.
Redigoval Rudolf Čižmárik.
Obálku navrhla Viera Fabianová.
Technická redaktorka Helena Oleňová.
Vydalo vydavateľstvo Ikar, a. s., Bratislava v roku 2006
ako svoju 2167. publikáciu.
Sadzba a zalomenie do strán Ikar, a. s., Bratislava.
Vytlačili Tlačiarne BB, spol. s r. o., Banská Bystrica.

ISBN 80-551-1116-2

O B S A H

Predslov	5
Predhovor autora	11
Poďakovanie	18
Úvod: Život a umieranie vo svetle zážitku	
na prahu smrti	20
Kapitola 1 Cesty k Svetlu	32
Kapitola 2 Pohľad zhora: stopy prachu	
a stratené topánky.	85
Kapitola 3 Videnie bez očí: zážitok na prahu smrti	
u nevidiacich.	105
Kapitola 4 Deti vo Svetle.	129
Kapitola 5 Život po stretnutí so Svetlom.	159
Kapitola 6 Keď prežijeme všetko znovu:	
Zážitok životného prehľadu	185
Kapitola 7 Životný prehľad ako najvyššia škola života... .	214
Kapitola 8 Vo svetle lásky: poučenie o prijímaní	
seba samého.	235
Kapitola 9 Pohľad na svet po zážitku na prahu smrti.	249
Kapitola 10 Dary Svetla: liečiteľské schopnosti	
po zážitku na prahu smrti.	267
Kapitola 11 Nový pohľad na smrť, umieranie	
a smútenie pozostalých	300
Kapitola 12 Prechod do Svetla.	334
Kapitola 13 Cesty k zdroju: najvyššie poslanstvo Svetla.	347
Kapitola 14 Svetlo na Zemi.	365
Príloha: Ďalšie odporúčania.	369

Predslov

Ak je vôbec niekto, kto môže o sebe tvrdiť, že je autoritou v oblasti zážitkov na prahu smrti bez toho aby ho sám zažil, tak je to určite Kenneth Ring. Po tom, čo Raymond Moody zasial zárodoky moderného výskumu týchto skúseností a vytvoril termín „zážitky na prahu smrti“, bol to Ken, kto ich polieval a pestoval, kým nevyrástli do samostatného a osobitého fenoménu. Bol to Ken, kto bol prvým prezidentom skupiny roztrúsených výskumníkov, ktorí vytvorili Medzinárodné združenie pre štúdium zážitkov na prahu smrti pred dvadsiatimi rokmi. Bola to Kenova pracovňa na univerzite v Connecticute, v ktorej sa počas prvých neistých desiatich rokov stretávali dobrovoľní organizátori, kam smerovali telefonáty, kde sa zhromažďovali archívy. A bol to Ken, kto založil jediný špecializovaný časopis venovaný štúdiu týchto zážitkov a organizoval sympóziá a výročné stretnutia s etablovanými akademickými spoločnosťami.

Ak niekto hovoril s väčším počtom respondentov — a neviem o nikom takom - potom to určite nikto nerobil s takou hĺbkou, otvorenosťou a prenikavým pohľadom ako on. Jeho domov sa na mnohé roky po celých Štátoch stal známym ako „Hotel blízko smrti“, kde sa títo ľudia na svojich cestách zastavovali a pokúšali znovu objaviť svoje miesto v tomto svete. Mohli tu ostať, akokoľvek dlho potrebovali. A každý z nich, komu Ken otvoril svoj domov, mu na oplátku otvoril svoje srdce a prispel k jeho rastúcemu chápaniu pravej podstaty zážitku na prahu smrti. Žiaden iný výskumník nedokázal spojiť rozsiahlu riadenú štúdiu s horlivými priateľstvami, filozofické teó-

rie s intuitívnym chápaním a rozhľad v odbornej literatúre s osobnými príbehmi. A čo je ešte dôležitejšie, nikto iný nedokázal sprostredkovať nám všetkým pravý význam a vplyv tohto javu na našu planétu.

V roku 1980, keď Amerika začala spochybňovať právoplatnosť päťročného výskumu týchto javov, objavil sa Ken v úlohe záchrancu s prvou legitímnou štúdiou v podobe knihy *Life at Death (Život pri smrti)*. Po ďalších štyroch rokoch debát o tom, či tieto pozoruhodné zážitky nie sú iba prchavé, i keď krásne, halucinácie, bol to zasa Ken, kto vo svojej knihe *Heading toward Omega (Pred nami je Omega)* priniesol prvú obsiahlu štúdiu o ich následkoch, o hlbokých a pretrvávajúcich zmenách, ktoré tieto zážitky spôsobujú na svojich nositeľoch. Teraz, po štvrtstoročí úžasných príbehov na hranici života a smrti, po toľkých diskusných programoch, komediálnych paródiách a neuro-chemických „vysvetleniach“, že dokonca i Hollywoodske štúdiá a vydavatelia paperbackov sú presýtení, sa zasa pýtame samých seba: O čom to všetko vlastne je?" A tu zasa prichádza Ken Ring a ponúka nám odpoveď. Hovorí v nej o význame, zmysle a láske — čo by sme skôr očakávali od teológa, ako od vedca.

Ken sa na týchto stránkach odvažuje písať úprimne o význame zážitkov na prahu smrti, pričom zo svojich empirických štúdií dospieva k ideologickým záverom. Porušuje tabu dnešnej vedy vo vzťahu k takým pojmom ako sú význam a účel a čestne sa stavia zoči voči téme, o ktorej väčšina vedcov predstiera, že v ich myslení nehrá nijakú rolu. Ako to pred vyše sto rokmi vyjadril biológ Ernest William von Bruck: „Teleológia je dáma bez ktorej biológ nemôže žiť. Hanbí sa však s ňou ukázať na verejnosti." Poukazujúc na tieto otázky nás Ken privádza k zamysleniu nad vlastnou úlohou vedy a vedcov pri skúmaní vesmíru - a nad vlastnou úlohou romantiky v každodennej práci vedcov. Robia svoju prácu vedci len preto, aby posilnili našu schopnosť utvárať či ovládať naše prostredie, alebo chcú nám pomôcť rozlúsknuť otázky o zmysle a poslaní nášho vesmíru? Autobiografické spisy našich najväčších vedcov jasne hovoria o tom, že to, čo ich vo vedeckej práci motivuje, je v skutočnosti hľadanie zmyslu.

Zatiaľ čo sa predchádzajúce knihy Kena sústredili na ľudí, ktorí okúsili zážitok na prahu smrti, táto kniha sa prihovára k tým ostatným, k tým z nás, ktorí cítia, že naše životy a naša spoločnosť by mohli získať, keby sa podelila o plody týchto zážitkov. Ken nám prináša praktické poučenia, ktoré získal od svojich respondentov a vedie čitateľa priamočiarym jazykom cez pokusné cvičenia, pričom sa opiera o bohaté dôkazy zo životov ľudí po zážitkoch na prahu smrti ako aj o odbornú literatúru. Tvrdí tu, že pretrvávajúce psychologické zmeny, ktoré predtým dokumentoval u ľudí po týchto zážitkoch, môžeme dosiahnuť všetci. Nech už je múdrosť, ktorú ľudia získajú na prahu smrti akákoľvek, jej skutočným testom je to, ako sa prejaví v ich každodennom živote. Väčšina z nás pozná všetky tie banálnosti okolo zážitku na prahu smrti a mnohí ich aj formálne uznávajú: že smrti sa netreba báť, že život pokračuje i po nej, že láska je dôležitejšia ako hmotné statky a že všetko, čo sa deje, má svoj zmysel. Akí by sme však boli, aký by bol celý svet, keby sme naozaj žili podľa týchto príkazov, a keby tieto tvrdenia neboli iba omieľané frázy ale živé pravdy?

Mohlo by nám pritom pomôcť čítanie tejto knihy? Môžu čitatelia naozaj zožať plody zážitku na prahu smrti bez toho, aby ho sami zažili? Ken nás presviedča o tom, že je to možné a svoje tvrdenie opiera o skúsenosti zo svojich prednášok na univerzite v Connecticute ako aj o „Projekt lásky“ nebohého Charlesa Fýnna pre študentov na Miamskej univerzite v Ohio. Ako Ken zdokumentoval, už samotné oboznámenie sa so zážitkami na prahu smrti a ich následkoch môže vyvolať podobné zmeny u ostatných ľudí. Píše o týchto účinkoch ako o „benígnom víruse“, ktorým sa môže človek nakaziť, rovnako ako aj od iných, podobne infikovaných. Poznal som niektorých jeho študentov a môžem potvrdiť skutočnosť, že ich tento vírus naozaj zasiahol a spôsobil v nich hlboké a pretrvávajúce zmeny. Avšak pre vás, čitateľov, je táto kniha dôkaz sám osebe, že človek sa naozaj môže zmeniť už aj kontaktom s týmito zážitkami. Táto kniha je dôkazom premeny Keňa a jeho nezištného daru pre ľudstvo. Odkedy sa Ken nakazil týmto benígnym vírusom, stal sa jedným z tých vedcov, ktorí sa už nehanbia ukázať na verejnosti so svojimi láskami. Je presvedčený o tom, že posolstvo

skryté vo svetle nie je určené iba pre tých, ktorí umierali. Dostali ho preto, aby sa mohli vrátiť a infikovať týmto vírusom ostatných.

Kenova téza nebola prijatá s takým nadšením, aké by sme mohli očakávať, dokonca ani od teológov, pre ktorých by to nemalo byť nič nové. Niektorí kritici vystríhajú pred falošným vábením týchto zážitkov a vnímajú ich ako istú konkurenciu biblického učenia. Zážitky na prahu smrti podľa nich podkopávajú tradičné kresťanské učenie a sú nebezpečné tým, že do značnej miery odzrkadľujú mentalitu hnutia New Age. Na ceste k Novému veku sa však stala zaujímavá vec: cesta sa mierne zatočila a zrazu sme sa ocitli späť pri svojich koreňoch, pri starom zlatom pravidle, že „všetko, čo chcete, aby ľudia robili vám, robte aj vy im“ (Matúš, 7:12) a pri Ježišom napomínaní, že „čokoľvek ste urobili jednému z týchto mojich najmenších, mne ste urobili“ (Matúš, 25:40).

Podľa niektorých teológov majú zážitky na prahu smrti tendenciu nahrádzať zubatú s kosou bytosťou zo svetla. Akýmsi stelesnením smrti sa tak stáva svetelná bytosť, ktorá zrejme bezvýhradne miluje znovuzrodených kresťanov, praktikujúcich budhistov, ako aj ateistických hriešnikov. Takéto lákavé vízie sú určite skôr satanské ako božské. Ako môžeme rozlíšiť, či zážitky na prahu smrti sú naozaj požehnané božským svetlom alebo ide o klamstvo Kniežaťa temnôt? Tá najvyššia autorita, Ježiš, nám dal návod, keď povedal: „Teda po ich ovoci ich poznáte (Matúš, 7:20). Ako nám Ken v tejto knihe výstižne opisuje, ovocie zážitkov na prahu smrti je súcit, pokora, česťnosť, altruizmus a láska dokonca i k tým, ktorí si to očividne nezasluhujú.

Ak však zážitky na prahu smrti iba zdôrazňujú príkazy Biblie, načo ich potom potrebujeme? Čím prispievajú — spolu s touto knihou - k posolstvu Evanjelí? Jednoducho povedané, ide o rozdiel medzi počutým slovom a zážitkom z prevej ruky. Pre tých, ktorí to zažili, zlaté základné pravidlo správania sa k druhým už nie je iba naučeným prikázaním, ale neodmysliteľným zákonom prírody, takým nepopierateľným, ako gravitácia. Vedia, že je to spôsob, akým funguje vesmír, pretože na vlastnej koži pocítili účinky svojich skutkov voči iným. Hoci sa

necítia za svoje minulé zlé činy potrestaní ani odsúdení, počas prehľadu svojho života rovnakou mierou dostávajú všetko to, čo rozdali.

Teológovia rôznych orientácií ostro kritizujú zážitky na prahu smrti pre ich nános falošného prísľubu toho, čo Dietrich Bonhoeffer nazval „lacná milosť“, bezvýhradné odpúšťanie hriechov bez akýchkoľvek požiadaviek na pokánie. „Lacná milosť“, napísal Bonhoeffer vo svojej knihe *Cena učňovstva*, „je smrteľným nepriateľom cirkvi“. Ale je to naozaj to, čo zážitok na prahu smrti sľubuje, alebo ide o nepochopenie jeho odkazu? Prísľub lacnej milosti môže byť čiastočne zodpovedný za príťažlivosť zážitkov na prahu smrti v očiach verejnosti. V skutočnosti však milosť, ktorú títo ľudia počas zážitku dostávajú, prichádza ruka v ruke s veľmi drahým učňovstvom. Tá bezvýhradná láska, o ktorej umierajúci hovoria, v žiadnom prípade nezakrýva ich hriechy ani neospravedľňuje ich budúce správanie. Práve naopak, umierajúci ľudia na vlastnej koži zažívajú bolestné následky svojho hriešneho správania a vracajú sa späť do života ako presvedčení učenici, ktorí z vlastnej skúsenosti chápu, že na ich vlastnom správaní záleží oveľa viac, než ako by si to mohli vôbec predstaviť. Títo ľudia sa nevracajú s pocitom, že už sú dokonalými bytosťami, ale skôr s bezprostredným poznaním toho, čo všetko musia spraviť, aby dokonalosť dosiahli. Nevracajú sa preto, aby sa vyhrievali v nádhernom svetle božskej milosti, ale vracajú sa s pevným predsavzatím žiť podľa základného pravidla správania voči druhým a konajú prácu, ktorú koná vyššia moc, často za cenu citových i materiálnych obetí. Na tejto milosti nie je nič lacné. V skutočnosti je to tá vysoká cena, ktorá je neoddeliteľná od učňovstva. Ani zďaleka tu nejde o pritakanie bezuzdnému správaniu. Ľudia po tomto zážitku sa vracajú obohatení o sebaúctu, odvahu a sebaopoznanie. To všetko je potrebné pre životnú zmenu, ktorá sa od učeníkov vyžaduje.

Ak ale zážitok na prahu smrti nepredáva lacnú milosť, môže ju sprostredkovať táto kniha? Čítanie tejto knihy je zrejme menej riskantné ako stav na hranici života a smrti, alebo vyvolanie zástavy činnosti srdca, ako to spravili študenti medicíny vo filme „Flatliners“ (Hráči so smrťou), ale nie je celkom bez ne-

bezpečenia. Jej poslaním je zmeniť vás a inšpirovať vás pre zmenu vášho sveta; nič z toho nie je ľahkým podujatím. Bonhoeffer mal pravdu, keď tvrdil, že milosť nemožno dosiahnuť tak ľahko. To, čo Ken v tejto knihe ponúka, nie je ľahkou cestou k milosti, ale skôr akousi mapou učňovstva, zakresleným smerom, ktorým sa musíme k milosti prepracovať. Záleží na vás, či sa rozhodnete týmto smerom vykročiť, pretože tu rozhodne nejde o ľahké podujatie. Ako však Ken na týchto stránkach ukazuje, vrúcne sa odporúča.

Po svojich troch knihách, opisujúcich zážitky na prahu smrti, mohol Ken prestať a stále by bol ostal poprednou vedeckou autoritou v tejto oblasti. Nespravil tak preto, lebo cítil žeby nebol splnil svoju úlohu. Účelom jeho vedeckého výskumu zážitkov na prahu smrti, a v podstate účelom každého vedeckého výskumu, je položiť základ pre prijateľný záver o zmysle a význame. Keňa priviedlo k učňovstvu to, že bol infikovaný benígnym vírusom a stal sa, ako *to sám nazval*, „tým, kto to zažil z druhej ruky“. Práve tak ako jeho respondenti a priatelia dostali počas svojich zážitkov veľký dar a odovzdali ho jemu, tak isto aj on odovzdáva teraz vám to, čo dostal. Táto kniha je jeho príspevkom k práci, ktorú koná vyššia moc. Rovnako ako Ken, tak aj ja dúfame, že každý, kto si túto knihu prečíta, bude rovnako infikovaný.

Bruce Greyson, M. D.
Charlottesville, Virgínia

Predhovor autora

Zrod tejto knihy poznamenal ťažké obdobie tehotenstva. Počatá bola v nadšení, v polovici predpokladanej doby utrpela sériu zdanlivo toxických úderov, ktoré nakoniec vyústili do jej bolestného potratu. Bola vyhlásená za mŕtvu a na viac ako jeden rok upadla do zabudnutia. Potom sa zrazu akýmsi zásahom, ktorý sa v tom čase zdal priam božským, prinavrátila späť do života. Tak sa to aspoň zdalo. Úsilie o jej oživenie sa však ukázali ako márne a predčasné a kniha odišla zasa, tentoraz na dobro. Tak sa to zasa aspoň zdalo. Ale práve v tomto čase, ako môžete pri zvážení témy tejto knihy už predpokladať, zažila doslova svoj zážitok na prahu smrti a ten všetko napravil. Čoskoro potom sa dostala do prirodzeného, i keď značne prerušovaného priebehu svojho tehotenstva a jej pôrod prebehol rýchle a bez komplikácií, a to k veľkej úľave - naozaj, dokonca k veľkému údivu — svojich vďačných rodičov.

Skutočná história *Posolstva svetla* je takáto. Po tridsiatich rokoch pôsobenia na univerzite v Connecticute som si jedného letného dňa uvedomil, že jediné obdobie, v ktorom sa mi kedy vôbec podarilo napísať hociktorú z mojich kníh, bola moja vedecká tvorivá dovolenka. Od mojej poslednej uplynulo ešte len par rokov, ale v mojom vnútri už dozrievala nová kniha. Chcel som napísať svoju poslednú knihu o zážitkoch na prahu smrti, v ktorej by som neopisoval zasa len výsledky ďalšieho výskumného projektu, ale v ktorej by som zhrnul celú svoju kariéru v tejto oblasti a pokúsil sa podať čo najhlbšie pochopenie týchto zážitkov tak, aby aj tí ľudia, ktorí ich nikdy nezažili, mohli

z tohto poznania získať celkom praktické vedomosti a mohli si tak obohatiť svoje vlastné životy. Sám za seba môžem povedať, že už vtedy som dlho cítil ako mnoho som získal vďaka štúdiu a najmä vďaka bohatým kontaktom s týmito ľuďmi. V tom čase bolo tomu už pätnásť rokov a zrazu som sa chcel podeliť s ostatnými o to, čo v mojich predošlých knihách nebolo vždy povedané alebo spomenuté len nepriamo. Chcel som sa pokúsiť rozdať ovocie zážitkov na prahu smrti, ku ktorému mal prístup každý, ak by vedel, kde ich môže nájsť. Keďže som pracoval v tomto sade mnoho rokov, napadlo mi, žeby som mohol pomôcť aj pri zbere. A keď som nad tým všetkým uvažoval, už som vedel, že kniha ponesie názov *Posolstvo svetla*.

Poznal som však svoj spôsob písania a rýchle som dospel k nepríjemnej ale neodvratnej úvahe, ktorá ma zaskočila: Neexistoval spôsob, ako by som túto knihu mohol napísať v dohľadnom čase. Musel by som takýto projekt odložiť najmenej o štyri roky, kedy sa rysovala moja ďalšia tvorivá dovolenka.

Ak by som sa medzitým nepohral do dôchodku.

Mal som vtedy ešte len päťdesiatšesť rokov, ale za mnou bolo už tridsať rokov pôsobenia na univerzite a práve nastal čas, kedy som si mohol dôchodok nárokovať. Predstavoval som si, ako by som to zvládol finančne. Bol by som vlastne na „permanentnej tvorivej dovolenke“ a bez práce na univerzite, by som naozaj mohol so svojím projektom začať. Mohol by som napísať viac kníh, pokračovať vo výskume a prednášať bez toho, aby som sa musel starať najprv o splnenie čisto profesionálnych a iných akademických povinností. Táto predstava bola naozaj lákavá, ale z mnohých praktických dôvodov som to v tom čase nedokázal zrealizovať. Až v lete 1994 - takmer presne o dva roky neskôr - sa myšlienka stala skutkom a konečne som bol voľný a mohol začať pracovať na *Poučení zo svetla*.

A naozaj som začal - medzi mojimi častými vystúpeniami, ktoré obsahovali rozsiahle prednáškové turné po Európe a Austrálii a mojím výskumom zážitkov na prahu smrti u slepcov. Prácu na knihe som preto často prerušoval a chýbala jej nutná miera náväznosti, napriek tomu postupovala dobre. V apríli 1995 som mal už zhruba polovicu hotovú a skontaktoval som

sa so svojím konateľom. Ten si to prečítal a dospel k presvedčeniu, že s predajom knihy problémy nebudú.

Vôbec mi nenapadlo, robiť si s projektom takéto starosti, nretože nikdy sa mi nestalo, aby moju knihu odmietli. Tentoraz to však čakalo aj na mňa a bol som v šoku. Dôvodom nebolo *to*, že by bol vydavateľ s niečím nespokojný, ale práve v tom čase sa privalila vlna autobiografických bestselerov o zážitkoch na prahu smrti, v ktorej sa premnožili mnohí imitátori a kvázi autori kníh venovaných tejto téme. Trh s knihami tohto zamerania dosiahol bod nasýtenia. (Neskôr som sa dozvedel, že mnohí moji kolegovia v tejto oblasti, vrátane dvoch veľmi dobre známych a vážených autorov, mali s rukopismi podobné problémy). Po niekoľkých ďalších pokusoch sa môj znechutený agent vzdal a ja som ostal sám s napoly hotovým rukopisom, ktorý sa zdal byť odsúdeným na vyhodenie na literárne smetisko.

Musel som, pravda, dokončiť môj výskumný projekt a popritom prednášať a tak som naďalej pokračoval v týchto aktivitách a zotavoval sa z rán, ktoré pociťuje každý odmietnutý autor. Keďže som však bol tak hlboko zaujatý a pohltенý písaním tejto knihy, bola teraz pre mňa mŕtvou. Keď som prekonal primerané obdobie smútenia, dal som sa do pohybu.

Doslova.

Aby ste ma pochopili, zatiaľ čo sa toto všetko odohrávalo, začal som snívať o inom, dlho odkladanom projekte: presťahovať sa späť do oblasti San Franciska, tam, kde som sa narodil a chodil do školy. Bol som teraz oslobodený od povinností na univerzite, všetky moje deti už vyrástli a darilo sa im a tak ma vlastne v Connecticute už nemalo čo zdržiavať. Bol som ešte samozrejme (a stále som) členom univerzity a mojej katedry ako emeritný profesor, ale keby som dokázal žiť bez svojej pracovne, knižnice, kopírovacieho stroja, celoživotnej korešpondencie bez poplatkov a úžasného kolektívu pracovníkov, nič by ma nemohlo zastaviť.

A ani ma nezastavilo. Ale skôr, ako som sa stihol dokonale pripraviť na to, aby som odsunul Connecticute do minulosti, čakalo ma ešte jedno, posledné prednáškové turné po Nemecku. Ako som mohol vtedy vedieť, že táto moja cesta všetko zmení?

Na scéne sa objavila Evelyn Elsaesser Valarinová.

V skutočnosti som ju stretol už pred pár rokmi, keď v súvislosti s vlastnou knihou o zážitkoch na prahu smrti pricestovala za mnou na univerzitu z rodného Švajčiarska, aby urobila so mnou interview. Strávili sme vtedy v rozhovore šesť hodín, po ktorých odišla zo Spojených štátov. Ostali sme v občasnom kontakte, predmetom ktorého bola jej kniha a nakoniec som napísal k nej predslov.

Keďže som mal tentoraz namierené neďaleko jej domova, dohodli sme sa na stretnutí v Stuttgarte, kde moje turné začínalo. Počas dlhého obeda sme si stihli veľa povedať o sebe a len tak mimochodom som sa zmienil aj o problémoch s mojou knihou a zdráhaní, s akým som sa jej vzdal. Evelyn to šokovalo a na môj vrcholný údiv mi okamžite ponúkla, že ukáže môj nedokončený rukopis jej vydavateľovi v Plenum Press. Nemal som čo stratiť a tak som zmätene súhlasil. Vôbec som však neočakával, žeby Evelyn mohla uspieť tam, kde môj agent opakovane stroskotal.

Ďalšie prekvapenie ma očakávalo onedlho po mojom návrate do Štátov, keď mi Evelyn oznámila, že jej vydavateľ prejavil o knihu záujem a je pripravený ju aj vydať. Pri takomto obraťte udalostí som bol viac ako prekvapený. Opísal by som to presnejšie ako pocit vznášania medzi krachom a ohromením.

V tom čase však bolo okamžité obnovenie práce na knihe úplne vylúčené. Potreboval som totiž zbaliť svojich tridsaťpäť rokov života v Connecticute a nájsť si miesto pre ďalší život v Kalifornii. Nebola to žiadna maličkosť a kým som sťahovanie neskončil, vyžadovalo to všetku moju pozornosť. Zaumienil som si však, že len čo sa v Kalifornii usadím, začnem tam, kde som prestal a do pol roka knihu dokončím.

V tejto mojej ďalšej životnej etape vás už asi ani neprekvapí, že život sa usilovne postaral o to, aby mi prichystal iné plány.

Prišiel som do Kalifornie počas jednej z jej najvlhkejších a najdrsnejších zím a bolo to dobré dva mesiace predtým, než som sa priblížil k pocitu, že som už napoly usadený. Už dávno predtým som sa však prisľúbil na prednášky počas apríla 1997 a tak som musel počas mojich prvých mesiacov z Kalifornie často odcestovať. Nič z toho samozrejme neprispievalo na ob-

novenie práce na knihe, ktorá bola už tak dlho zanedbaná, že som si na ňu len matne spomínal!

Keď moje cestovanie skončilo a už som sa chystal sadnúť k môjmu rukopisu, zasiahla ma mimoriadne ťažká chrípka, ktorá ma odstavila na celý mesiac. Po jej prekonaní som objavil, že v mojom tele sa vyvinula celá séria život ohrozujúcich chorobných stavov, ktoré vyžadovali okamžitý zásah. Môj život sa zmenil na nekonečné návštevy u lekárov a iných zdravotníckych pracovníkov, na laboratórne testy, experimentovanie s novými diétami, alternatívnou liečbou atď. Pri tom všetkom som žil s vedomím, že, podľa jedného z mojich lekárov, na 85 až 90 percent mi hrozilo ochorenie na rakovinu. Medzitým sa mi začal zhoršovať zrak, ktorý som nikdy nemal dobrý. Na vine bol zelený očný zákal a ďalšie poruchy videnia.

Skrátka (a môžete mi veriť, že som vám nechcel vymenovať všetky zdravotné problémy, ktoré sa náhle vynorili ako zlostná búrka na mori, aby ma naplnila ochromujúcim strachom) bol som ako stroskotanec a niekedy aj na pokraji zúfalstva. Za týchto okolností bolo nielen nemožné pracovať; nedokázal som si ani predstaviť, žeby som raz zasa pracoval a celkom som sa vyrovnal s perspektívou, že moja profesionálna kariéra skončila. Znamenalo to samozrejme aj to, že moja kniha, ktorú Evelyn svojím úsilím zdanlivo prinavrátila do života, je zasa odsúdená stať sa len ďalšou stratou v mojom živote a má iba zavŕšiť hromadu nepodarkov, ktorú mi osud pripravil.

Bol som v tomto období v internetovom kontakte s Evelyn, ktorú znepokojili moje správy, ale neprestávala mi vyjadrovať podporu. Snažila sa udržať blikotajúci plamienok nádeje nielen pokiaľ išlo o moje zdravie, ale naliehala na mňa, aby som písanie knihy iba odložil a nezriekol sa ho definitívne. Ja som však nevidel žiadnu perspektívu na obnovenie tejto práce a nakoniec som to jej aj oznámil. Moje rozhodnutie prijala, ale videl som, že bola sklamaná. Sklamaný som však bol aj ja, ale čo iné som mohol spraviť?

Nakoniec som však bol od obáv o zdravie oslobodený. Môj lekár sa našťastie mýlil a rakovina sa nepotvrdila. Ďalšie vážne zdravotné problémy však pokračovali a termín zmluvy na knihu sa krátil. Stále som bol pripravený od zmluvy odstúpiť

a v snahe o žart som Evelyn napísal: „Ak tak veľmi chceš, aby sa táto kniha napísala, prečo ju nedokončíš za mňa?”

A život mi zasa pripravil prekvapenie. Evelyn nepochopila moju poznámku ako pokus o žart a moju ponuku prijala! A keď k tomu došlo, pomyslel som si: „No a čo, možno to nakoniec pôjde aj takto”, hoci jej materinským jazykom nebola angličtina.

Koniec príbehu sa dá povedať stručne. Dohodli sme sa na spolupráci na knihe a nakoniec ma navštívila v New Yorku, kde sme strávili v rozhovoroch tri dni. Vyzeralo to vtedy tak, že ja napíšem niektoré zvyšné kapitoly a Evelyn sa postará o tie posledné. Bol som však vyhlídkou na obnovenie prác na tejto knihe taký povzbudený (a pretože v tom čase som už vedel ako riešiť svoje zdravotné problémy), že som sa nakoniec podujal napísať všetko sám, s tým istým nadšením a zaujatím, aké som mal na začiatku. Medzitým ma Evelyn zásobovala všetkými potrebnými materiálmi. Triedila všetky moje dokumenty, ktoré som jej predtým dal a robila tisíce drobných vecí, ktoré umožnili moju prácu. Hoci som teda písal celú knihu sám, už od stretnutia v Stuttgarte predstavovala práca na nej naše spoločné úsilie a bez jej neprestajnej pomoci a podpory, materiálnej i citovej, by som v žiadnom prípade túto knihu nebol dokončil. Skrátka, bez nej by ste práve teraz nemohli držať túto knihu v rukách. Som jej obrovským dlžníkom.

Preto môžete jej meno vidieť na obale i titulnej strane spolu s mojím. Zatiaľ čo moje ruky tvorili slová textu, kniha sama je obrazom práce nás oboch.

Fotografia na konci knihy je spomienkou na ten osudný spoločný obed v Stuttgarte, kde sa táto kniha vzkriesila zasa k životu.

Mojej pozornosti pravda neušlo ani to, že tak ako sa veci vyvíjali, kniha sa objavila asi v tom čase, kedy by bola publikovaná i v prípade, žeby som bol ostal na univerzite a čakal na svoju ďalšiu tvorivú dovolenku. Veľa som premýšľal o tejto irónii osudu.

Povedal by som, že často si predstavujeme, že vieme, čo je pre nás najlepšie a máme lepšie plány, než život, ktorý nám už všetko pripravil.

Na druhej strane, pri písaní knihy o poučeniach zo svetla mi napadlo, že jedno takéto poučenie by som asi nebol za iných okolností pochopil.

Dúfam, že čítanie tejto knihy bude pre vás menej bolestná metóda na získanie poznania, ktoré potrebujete.

Poznámka

1 Vyšla vo vydavateľstve Plenum Press pod názvom *On the other side of life: Exploring the phenomenon of the near-death experience* (Na opačnej strane života: Skúmanie javu zážitkov na prahu smrti).

Pod'akovanie

Práve tak ako film predstavuje čosi viac ako len režisérovu víziu, aj kniha musí mať viac autorov a to napriek tomu, čo oznamuje titulná strana. Tu vám ich preto predstavujem a ďakujem im za všetko, čím prispeli ku knihe, ktorú sa chystáte prečítať.

V prvej etape tvorby tejto knihy som bol obzvlášť vďačný dvom priateľom, Luciennovi Levyovi a Sharon Cooperovej, ktorí so mnou strávili veľa času pri diskusiách o obsahu a dokonale zredigovali text, tak aby moje myšlienky boli formulované čo najjasnejšie. Istým spôsobom, táto časť knihy, konkrétne od prvej kapitoly po tretiu a od piatej po deviatu, predstavuje v skutočnosti naše partnerstvo a do značnej miery odzrkadľuje niečo zo spoločného úsilia. V rovnakom čase mi veľmi pomohli aj rozhovory o knihe, ktoré som viedol s dvoma ďalšími priateľmi, Gary Greenbergom a Susan Powersovou.

Keď som sa presťahoval do Kalifornie, kde som nakoniec obnovil prácu na knihe, objavili sa ďalší, ktorí mi pomohli. Na prvom mieste medzi nimi je samozrejme Evelyn Elsaesser Valarinová, ktorej úlohu pri tvorbe tejto knihy som už spomenul v predhovore. Navyše by som tu chcel oceniť pomoc môjho priateľa Steve Tomsika, ktorý sa sám viackrát v knihe objavuje. Poskytol mi niekoľko konkrétnych prípadov a pomohol mne i Evelyn pri zostavovaní materiálu v prílohách. Iní priatelia a kolegovia zohrali dôležité úlohy iným spôsobom, najmä pri čítaní častí textu alebo pri diskutovaní o knihe so mnou, keď som ju dokončoval. V tomto ohľade by som chcel vyjadriť

uznanie za pomoc Jenny Wadeovej, Seymourovi Boorsteinovi, Sukie Millerovej, a Carolyn Talmalgeovej.

Radosťou bolo pracovať s mojou redaktorkou Joann Lawrenceovou aj vďaka jej neochabujúcemu zmyslu pre humor. I keď bola ďaleko v Londýne, vždy pohotovo reagovala prostredníctvom internetu a s erudovanosťou odstránila všetky moje ťažkopádnosti a chyby z textu, pričom nezabudla na žiadne detaily, ktoré sú dôležité pri premene rukopisu na znesiteľnú knihu.

Nakoniec ostala jedna osoba, ktorá bude musieť ostať bez mena, ale ktorá mi poskytla všetko, čo som pri písaní tejto knihy potreboval. Rád by som raz napísal knihu o nej.

Úvod: Život a umieranie vo svetle zážitku na prahu smrti

Počas vyše dvadsiatich rokov od vydania priekopníckej knihy Raymonda Moodyho *Život po živote* väčšina ľudí na svete sa aspoň povrchne oboznámila s javom, ktorý Moody označil ako zážitok na prahu smrti. Keďže táto kniha vzbudila obrovský záujem verejnosti, masovo-komunikačné prostriedky sa rýchle chopili šance na úspech a v rýchlom slede za sebou začali chrliť na túto tému ozajstný príval diskusných a dokumentárnych programov ako aj článkov v časopisoch a novinách. Je skutočnosťou, že odkedy sa vynorila táto vlna záujmu, nenastalo žiadne ochabnutie: masmédiá nás stále zásobujú týmito zážitkami s apetítom, ktorý nevykazuje známky nasýtenia a čitateľská verejnosť hltá autobiografické líčenia týchto zážitkov, ako napr. knihu Betty Eadieovej *Embraced by the Light (V objatí svetla)*, s udivujúcou dychtivosťou. Podobne aj Hollywood sa, ako vždy, okamžite a bez váhania chopil aktuálnej témy a tiež spočiatku pomohol pri propagovaní objavov o zážitkoch na prahu smrti a rýchle natočil filmy ako *Resurrection (Vzkriesenie)*, *All That Jazz (A tak ďalej)* a *Brainstorm*, aby potom neskôr pokračoval záplavou ďalších filmov, vrátane veľmi populárnych titulov *Ghost, (Duch)* *Flatliners (Hráči so smrťou)* a *Jacob's Ladder (Jakubov rebrík)*. Takto vďaka hlavne neochabujúcemu úsiliu ľudí v tlači, filme a televízii máme za sebou dvadsať rokov neutíchajúcej pozornosti venovanej správam tých, ktorí prežili životnú krízu. Výsledkom je, že dnes je v podstate zrejme každý zhruba oboznámený so spoločným svedectvom týchto dočasných obyvateľov krajiny tieňov a ich tvrdenie o existencii

svetla na konci tunela prinieslo nádej a útechu nespočetným miliónom. Keď sme sa už toľko dozvedeli o zážitkoch umierania a spoznali toľko príbehov z prahu smrti, ako ich masmédiá rozšírili po celom svete, môže sa vôbec ešte niekto diviť nad tým, ak sa teraz pozeráme na smrť novými očami a rozpoznávame v nej obraz Milovaného?

Neboli to, pravda, iba masmédiá, ktoré sa zamerali na tieto inšpirujúce príbehy, aby prilákali k svojim programom a knihám čo najviac záujemcov. To isté robili výskumníci, podobne ako ja, keď zapisovali tieto rozprávania, publikovali svoje štatistiky a grafy a usilovali sa pochopiť a vysvetliť tieto mimoriadne udalosti. Pamätám sa, že keď som v tejto oblasti v roku 1977, okamžite po prečítaní Moodyho knihy začínal, chcel som sa hlavne presvedčiť, či sú tieto udivujúce rozprávania pravdivé. Keď som sa ale začal v rozhovoroch dozvedať rovnaké príbehy o akých hovoril Moody vo svojej knihe *Život po živote*, zmocnilo sa ma iné želanie: chcel som presvedčiť ostatných vedcov a učencov o tom, že naozaj ide o jav, ktorý si zasluhuje ich pozornosť a naliehal som na nich, aby to preskúmali sami. Aj ostatní však už sledovali rovnakú stopu a keď v roku 1980 vyšla moja prvá kniha o tejto téme *Život pri smrti*, bol už výskum o autenticite týchto zážitkov rozbehnutý. Po tom čo veľa výskumníkov v Spojených štátoch a mnohých ďalších krajinách počas nasledujúceho desaťročia publikovalo svoje zistenia, bolo už viac ako zjavné, že tento zážitok, ako ho pôvodne načrtol Moody, je všeobecne rozšírený a že má hlboké a veľmi podobné účinky na životy tých, ktorí ho zažili. Nezodpovedanou otázkou ostalo: čo z neho pre nás vyplýva a ako ho vysvetliť, ak sa vôbec vysvetliť dá. Táto diskusia pokračuje dodnes, ale jedna vec o zážitku na prahu smrti je nepopierateľná: ľudia ho zažívajú. Sú to už tisíce ľudí, ktorí podali o tom svedectvo, alebo boli predmetom výskumu a prieskumy verejnej mienky naznačujú, že priama skúsenosť s týmto zážitkom sa týka pravdepodobne už miliónov ľudí.¹

Po tom čo sa dospelo k základnej konfigurácii zážitku na prahu smrti, veľká časť ďalšieho výskumu sa sústredila na dokumentovanie jeho následkov. V niekoľkých krajinách sa uskutočnilo mnoho štúdií zameraných na zmeny, ktoré nasledujú

po týchto zážitkoch.² Objavili sa aj knihy, ako *Corning Back to Life* (Návrat do života) od Phyllis Atwaterovej a *Spiritual Awakenings* (Duchovné prebudenie) od Barbary Harrisovej, ktoré sa venovali problémom ľudí s týmito zážitkami pri ich návrate do života po telesnom zotavení. V každom prípade, či už sa tento výskum zaoberal samotnou podstatou zážitku, jeho následkami, alebo problémami tých, ktorí ho prežili, v centre záujmu boli obyčajne a často výlučne životy a skúsenosti samotných respondentov. Dokonca aj také nedávne populárne autobiografické knihy ako *Full Circle* (Uzavretý kruh) od Barbary Harrisovej, *Embraced by the Light* (V objatí svetla) od Betty Eadieovej a *Saved by the Light* (Zachránení svetlom) od Dannonia Brinkleyho sa plne sústreďujú na autorov alebo ostatných ľudí s týmto zážitkom, ktorých títo autori stretli.

Je to všetko pochopiteľné, ale postupne sa stále viac ukazuje, že táto prílišná sústredenosť na ľudí, ktorí tento zážitok mali, vyústila do určitej jednostrannosti a nechtiac možno aj do akéhosi utajeného elitárstva. Týmto zážitkom prešli možno milióny ľudí, ale je oveľa viac miliónov tých, ktorí sa oň začali zaujímať, ale nikdy ho nezažili. Majú títo ľudia ostať iba *obecnstvom* pre programy, v ktorých vystupujú ľudia s týmito zážitkami takmer, ak nie doslova, ako žiariace hviezdy? Kde je literatúra, ktorá by sa nevenovala potrebám a okolnostiam priamych účastníkov týchto zážitkov, ale túžbam ostatných, ktorí chcú tiež z nich niečo získať? Koniec koncov, väčšina z nás — v skutočnosti obrovská väčšina — nikdy takýto zážitok neokúsi, ale my všetci môžeme určite získať z poučenia, ktoré sa ušlo tým, ktorí ho zažili. Je iróniou, že zatiaľ čo máme rozsiahlu literatúru o zážitku na prahu smrti, je veľmi málo takej, ktorá sa snaží aplikovať jeho význam v každodennom živote — a v konečnom dôsledku pri umieraní a smrti — tých ľudí, ktorí ho nikdy nezažili.

Poslaním tejto knihy je dať čitateľom k dispozícii práve tento druh informácií a to tak, že jasnými slovami poskytne praktické poučenia pre život i umieranie, ktoré je možno objaviť pri štúdiu zážitku na prahu smrti. Ako som naznačil, je to kniha hlavne pre tých, ktorí tento zážitok nemali, ale cítia, že ich vlastné životy by sa mohli obohatiť, keby dosiahli pochopenie

prameniace z toho, čo mnohí jednoznačne pokladajú za vrcholný duchovný zážitok našej doby. Jednoducho povedané, *Posolstvo svetla* chce rozdať ovocie zo Stromu poznania zážitku na prahu smrti bez toho, aby ste pre ich získanie museli ležať rozmliaždení pod jeho kmeňom. Pri čítaní tejto knihy budete tak môcť sami objaviť to, pre čo iní museli takmer obetovať život a zistíte, že aj vaše životy sa môžu rozvinúť spôsobom typickým pre ľudí s bezprostrednou skúsenosťou umierania.

Aby sme naznačili tieto zmeny, musíme si pripomenúť, že zážitok na prahu smrti nie je len odhalením tej najprenikavejšej, dych vyrážajúcej krásy, ale, ako som povedal, je tiež niečím, čo má moc od základov zmeniť a vylepšiť životy tých, ktorí ho okúsili. Vieme teraz napríklad, že tento zážitok má tendenciu vyvolať pretrvávajúce zmeny v osobných hodnotách a presvedčeníach: títo ľudia si cenia život viac, posilňujú sa ich pocity vlastnej hodnoty, k druhým prejavujú viac súcitu a na zvyšok života sa u nich objavuje vyššia vnímavosť k prostrediu. Na druhej strane, hovoria o nižšom záujme o čisto materiálne a na seba zamerané výhody. Tendenciu k zmene má aj ich náboženská orientácia a v tomto smere sa stávajú vo svojich prejavoch univerzálnejší, bez predsudkov a duchovnejší. Vo väčšine prípadov sa u nich navyše úplne stráca strach zo smrti. Dôvodom toho je priama skúsenosť, ktorá im dáva hlboké a neotrasiteľné presvedčenie o tom, že po smrti nás očakáva určitá forma života a je preto pre nich zdrojom nesmiernej útechy. Mnohí z nich hovoria, že sa u nich začali prejavovať schopnosti vyššieho stupňa vnímania, zvýšené psychické schopnosti, intuitívne uvedomovanie a dokonca aj dary liečiteľstva. Stručne povedané, dá sa konštatovať, že zážitok na prahu smrti zrejme uvoľňuje driemajúce aspekty ľudského potenciálu a dáva ich k dispozícii vyššiemu stupňu vedomia. Zvyšuje sa tak schopnosť človeka vnímať citlivejšie ostatných ľudí a spolu s nimi celý náš svet.

Zdá sa tak, že zážitok na prahu smrti podporuje taký typ aktivít, ktoré rozvíjajú plný ľudský potenciál a na ktorý máme zrejme všetci právo už od svojho narodenia. Inak povedané: vždy, keď sa dary tohto zážitku patrične pretavia do života jednotlivca, stáva sa tento príkladom toho, ako by konal

a akým by bol človek na vysokom stupni vývinu. Už vo svojich prvých knihách, najmä v knihe *Heading Toward Omega (Pred nami je Omega)* a *The Omega Project (Projekt Omega)*, som sa pokúsil naznačiť, že ľudia po blízkom stretnutí so smrťou a iní, ktorí za iných okolností zažili podobné prebudenie, sú možno zvestovateľmi vývoja ľudstva k vyššiemu vedomiu. Aj keby tomu tak naozaj bolo, je zrejmé, že nestačí pasívne čakať, až dôjde k revolúcii. Nazdávam sa, že fenomén zážitku na prahu smrti nie je len akýmsi evolučným katalyzátorom, ale *lekciou* o živote, láske a ľudských schopnostiach, z ktorej môžu získať všetci tí, ktorí sa o to zaujímajú. Môžu tak obohatiť svoje životy a urýchliť svoj pokrok na ceste k osvieteniu. Táto kniha sa preto obracia na všetkých tých, ktorí by radi siahli po tomto poznaní a použili ho pre naplnenie života praktickým spôsobom. Môžu tak dosiahnuť hlbšie uvedomenie svojich transcendentálnych možností, ktoré sú nám v okamihu smrti k dispozícii.

Väčšina ľudí po tomto zážitku hovorí o svojej vnútornej potrebe slúžiť iným. Chce ich nejako upozorniť na to, čo zažili, alebo podeliť sa o skúsenosti s tými, ktorí sa tomu nebránia alebo môžu hocíjakým iným spôsobom získať niečo z toho, čo počujú. O niečo podobné sa snaží aj táto kniha. Keďže sa už dvadsať rokov venujem tejto oblasti a osobne som sa stretol so stovkami tých, ktorí nahliadli za bránu smrti, chcel by som z ich zážitkov vyextrahovať tú najhlbšiu podstatu tak, aby si ich praktická hodnota našla miesto v našom každodennom živote. Mám pritom na mysli tú obrovskú väčšinu z nás, ktorá je o tento priamy zážitok ochudobnená. V skutočnosti, ako neskôr ukážem, *máme už dôkazy o tom, že stačí aj prosté oboznámenie sa s týmto javom, aby sa prejavili podobné účinky aké má samotný zážitok*. Znamená to, že kontakt so smrťou môže pôsobiť ako benígny vírus. Ak ho necháte na seba pôsobiť, môžete sa ním nakaziť a zažiť práve tie niektoré dobrodenia, ktoré zažívajú ľudia po dotyku smrti. Pri počúvaní tých, ktorí týmto zážitkom prešli, jasnejšie chápeme čím sa pri stretnutí so Svetlom obohatili. Aj vy budete mať takto možnosť učiť sa a rásť, rovnako ako tí, ktorí sa ocitli na hranici medzi životom a smrťou. Cieľom tejto knihy

je preto pomôcť vám objaviť isté súvislosti vo vzťahu k sebe samým, aby ste tak mohli zbierať plody zážitku na prahu smrti a nemuseli ním najprv sami prejsť.

ŠTRUKTÚRA KNIHY

Aby ste mohli začať prijímať zážitky na prahu smrti, ako aj ich následky, do vlastného života, musíme začať so samotným zážitkom. Preto vám v prvej kapitole predkladám niekoľko vybraných vzorových prípadov, aby ste si v prípade potreby mohli vždy znovu v pamäti občerstviť ich neuveriteľné a podmaňujúce odhalenia ako aj ich silu, s akou dokázu spôsobiť radikálne a jednoznačne pozitívne zmeny v živote človeka. Všetky tieto príklady pochádzajú z doteraz nepublikovaných výskumov a niektoré z nich predstavujú najvýnimočnejšie prípady, s akými som sa nedávne stretol. Neuvádzam ich tu však iba preto, aby som vám poskytol inšpirujúce dôkazy. Mali by vám začať naznačovať isté možnosti zmeny vo vašom živote, ku ktorým sa môžete kedykoľvek rozhodnúť. Stačí, ak si knihu prečítate, a budete nad jej obsahom premýšľať.

V druhej kapitole chcem začať s jednoznačnými dôkazmi o hodnovernosti zážitkov na prahu smrti. Opieram sa pritom o najnovší výskum, aby sa čitateľ nemusel obávať, že ide len o nejaké spletné sny, fantazírovanie alebo halucinácie. Na podporu tohto tvrdenia prinášam niektoré najpresvedčivejšie prípady, kedy umierajúci ľudia videli alebo počuli veci, ktoré nemohli vnímať normálnymi zmyslovými orgánmi. Tieto prípady nás v tretej kapitole logicky privádzajú k môjmu najnovšiemu výskumu týchto zážitkov u slepých ľudí. Dozvieme sa v nej, že dokonca i slepí od narodenia majú počas umierania zrkovité zážitky, pričom niektoré z nich sa dotýkajú overiteľných faktov z tohto sveta (a nie sú to teda len vnemy z „inéneho sveta“).

Vo štvrtej kapitole pokračujem v prinášaní dôkazov o hodnovernosti zážitkov na prahu smrti a približujem vám úplne odlišný smer bádania v tejto oblasti. Zaoberám sa v ňom zážitkami detí, pričom poukazujem na mimoriadne prípady, zazna-

menané v ranom detstve. Piata kapitola je posledná, v ktorej sa venujem dokazovaniu autenticity týchto zážitkov a začínam skúmať ich následky. Nech je už podstata zážitkov na prahu smrti akákoľvek, neexistujú žiadne pochybnosti o ich reálnych následkoch na životy dotýčnych jedincov. V tejto kapitole píšem o tom, že existuje jednoznačná psychologická charakteristika, typická pre ľudí, ktorí sa vrátili späť do života. Hlavnou myšlienkou tejto kapitoly je však poukázať na to, že tento spoločný a príťažlivý prototyp človeka je uskutočniteľný aj pre nás všetkých a to bez ohľadu na to, či sme sa ocitli na hranici medzi životom a smrťou, alebo ešte nie. Aj my sa môžeme stať takými, akými sa stali ľudia po stretnutí so smrťou. Stačí ak dovoľíme, aby sila tohto zážitku sprostredkovane pôsobila aj na nás a aby sme zároveň aktívne do nášho každodenného života prenášali jeho poučenia.

Tak sa dostávame ku kapitole šiestej a siedmej, v ktorých sa začíname vážne zamýšľať nad istými súvislosťami, ktoré sú potrebné pre naše vnútorné pochopenie posolstva zážitku na prahu smrti tak, aby toto naše poznanie mohlo zohrávať jednoznačnú a praktickú hodnotu v našom ďalšom živote. Majúc toto na mysli, obe tieto kapitoly venujem jednému z najpozoruhodnejších aspektov umierania, ktorým je prehľad života - toho panoramatického spätného pohľadu na prakticky všetko, čo sa odohralo v živote človeka. Uvádzam tu množstvo prípadov tohto doteraz stále nedoceneného aspektu, pričom vychádzam z rozhovorov s tými, ktorí sa stali osobnými svedkami tohto udivujúceho zážitku. Na základe mojich skúseností učiteľa a vedúceho rôznych pracovných psychologických podujatí môžem povedať, že poučenia z tejto črty zážitku na prahu smrti môžu radikálne a natrvalo zmeniť životy tých, ktorí si dajú tú námahu, aby o tom premýšľali. Táto časť knihy vám poskytne možnosť, aby ste to skúsili aj vy sami.

Osma kapitola sa zaoberá ďalším dôležitým ponaučením zo zážitku na prahu smrti, ktorým je zmena človeka ku kladnému postoju voči sebe samému. Aj tu som zhromaždil množstvo presvedčivých dôkazov, pričom sa pokúsim ozrejmiť ich význam na váš vlastný život.

Deviata kapitola objasňuje posun v určitých životných hod-

notách a presvedčeniach, ktoré sa objavujú ako následok zážitku umierania. Na dôležité miesto (a vlastne to najdôležitejšie) sa dostáva láska, potreba slúžiť iným, úcta k životu a mení sa aj názor človeka na život po smrti. Aby som vám priblížil súvislosti, dôležité pre vaše osobné poznanie, uvádzam v tejto kapitole niektoré dôkazy o účinku týchto informácií na ľudí, ktorí sami tento zážitok nemali. Robím to samozrejme s tým úmyslom, aby som vám ukázal, ako vám môže uvažovanie a aktívne používanie obsahu tejto kapitoly priamo pomôcť vyvolať tie isté zmeny v hodnotách, presvedčeniach a správaní, o akých hovorili moji respondenti.

Na túto tému nadväzuje desiatu kapitola, v ktorej sa zaoberám otázkami vyšších ľudských schopností, prebudených počas zážitku na prahu smrti. Ide tu hlavne o schopnosti spojené s liečením chorôb. Uvádzam tiež niekoľko príkladov a údajov z výskumov, ktoré naznačujú, že zážitok umierania stimuluje rozvoj liečiteľských schopností a u daného jedinca vyvoláva stav rozšíreného vedomia. Hovorím tu aj o Svetle ako o liečivej sile, ktorá je jeho vlastnou podstatou a opisujem niekoľko prípadov, kedy zážitok na prahu smrti očividne napravil ľuďom ich skazený život a dal im novú možnosť naplniť ich pôvodný sľub. Keďže tieto účinky nemusia byť obmedzené iba na tých, ktorí sa ocitli na prahu smrti, hlavným obsahom tejto kapitoly je diskusia o tom, ako by ste mohli tieto informácie využiť pri chápaní dynamiky chorôb a podnietiť telesné i duchovné uzdravovanie vo vašom vlastnom živote.

Po uvažovaní o ponaučeníach zo zážitku na prahu smrti o našom každodennom živote a realizácii ľudského potenciálu sa obraciam na jednu, ešte stále znepokojujúcu, stránku samotnej smrti. V jedenástej kapitole chcem ukázať, že dve desaťročia výskumu v tejto oblasti nám nepochybne pomohli zmeniť našu predstavu o momente smrti a teda aj o tom, čo môže po ňom nasledovať. Obrazy Svetla a dokonca často spomínané prípady stotožnenia s ním, stále viac zatláčajú do pozadia tradičné stelesnenie smrti v postave Zubatej s kosou, ktorej desivý zjav strašil dušu západného človeka celé stáročia. Teraz je už postava s kapucňou a kosou na pleci na rýchлом ústupe a ľudia v čase bezprostredného ohrozenia života môžu

dnes meditovať o oveľa príjemnejších a nádejnejších predstavách. Môžu za to vďačiť najmä širokej publicite, ktorá sa dostala výskumu zážitkov na prahu smrti od jeho počiatkov v polovici 70. rokov dvadsiateho storočia.

V tejto kapitole sa pozriem na to, ako začali tieto informácie ovplyvňovať starostlivosť a prípravu umierajúcich v opatrovateľských zariadeniach, hospicioch a cirkevných službách. Približujem tu nové štúdie, ktoré sa zaoberajú vplyvom týchto informácií na starších občanov, smútiacich ľudí a pacientov postihnutých nevyliciteľnými chorobami. V tejto súvislosti sa opieram o rozsiahly dôkazový materiál, ktorý mi poslali smútiaci pozostalí (hlavne matky, ktoré utrpeli stratu dieťaťa) a pacienti umierajúci na aids. Títo všetci hovoria o tom, aké neuveriteľne blahodárne sú informácie o skúsenostiach so smrťou pre človeka, ktorého sa bezprostredne týkajú citové následky alebo hrozba smrti. Táto kapitola vám pomôže pripraviť sa na vlastnú smrť tým, že vám umožní zbaviť sa zbytočného strachu z toho, čo sa stane pri smrti - rovnako ako navždy stratili tento strach aj tí, ktorí ju už raz okúsili.

Predmetom dvanástej kapitoly je uvažovanie o príprave a samotnej udalosti smrti. Vyvoláva to v nás prirodzenú otázku čo sa stane potom, keď prestanú všetky biologické funkcie tela. Hoci žiaden žijúci, ani ten najmúdrejší človek nemôže na túto otázku odpovedať s úplnou istotou, mnohí z tých, ktorí boli pri smrti najbližšie, hovoria s veľkou istotou a ako skupina sú takmer absolútne presvedčení, že po smrti nás všetkých očakáva nejaká forma existencie. Rôzne štúdie navyše ukázali, že ich názor je nákazlivý a posilňuje vieru v život po smrti u tých, ktorí mali možnosť vypočuť si mienku priamych účastníkov zážitku na prahu smrti.

Od týchto úvah je už len skok k otázkam základných duchovných a metafyzických interpretácií, ktoré pramena z ponorenia sa do Svetla počas tohto zážitku, pretože, podľa týchto ľudí, všetko poznanie je zakódované práve v tomto Svetle. Keď sa teda umierajúci človek ocitne v tomto Svetle a spojí sa s ním, všetko poznanie sa mu sprístupní a jeho zásluhou sa tak dostane aj k nám. Jadrom trinástej kapitoly je skupina doteraz nepublikovaných prípadov, ktoré predstavujú *celé* alebo *úplné*

zážitky na prahu smrti. Väčšina týchto zážitkov predstavuje v literatúre iba fragmenty umierania a hoci sú akokoľvek zložité, neodhaľujú celý príbeh. Niektoré z mojich prípadov z posledných rokov však naznačujú, že pri úplnom zážitku na prahu smrti dochádza k stretnutiu s *druhým* Svetlom. Tieto príklady patria medzi najhlbšie a naj udivujúcejšie spomedzi všetkých, s ktorými som sa od začiatku výskumu stretol a ak dokážete dokonale absorbovať ich hlavné posolstvo, vaša viera v nevysloviteľnú, žiariacu Lásku, ktorá zrejme preniká naším vesmírom, sa stane nezmerateľne pevnejšou. Táto kapitola teda predstavuje vrchol dostupného poznania o zážitkoch na prahu smrti - najvyššie posolstvo Svetla.

Tento vrchol neznamená záver samotnej knihy. Namiesto toho, v štrnástej kapitole, zostúpime z nebeskej nádhery zážitku na prahu smrti do života každodennej reality, kde je treba hľadať ozajstnú skúšku takto získaného poznania. Odkazom tejto krátkej kapitoly je teda to, že my všetci sa môžeme a musíme poučiť zo zážitku, ktorý nevyhnutne zažije len menšina ľudí (hoci aj nie malá). Táto kapitola však už neopakuje to, čo bolo povedané, ale vedie vás k tomu, aby ste siahli po iných zdrojoch, pomocou ktorých môžete prehĺbiť a zvnútorniť všetky poučenia, ktoré ste získali v predchádzajúcich kapitolách. Dúfam, že takto budete môcť ďalej čerpať poučenia z týchto zážitkov a obohacovať svoj život. Z vašej snahy budú tak môcť získať i mnohí ďalší. Takto sa bude môcť rýchlejšie vyvíjať neutíchajúca túžba ľudstva po plne osvietenom vedomí a v konečnom dôsledku aj proces záchranu našej ohrozenej planéty.

OSOBNÁ POZNÁMKA NA ZÁVER

Ako som už spomínal, venujem sa výskumu zážitkov na prahu smrti dvadsať rokov, počas ktorých som pôsobil ako učiteľ a bádateľ. Po celý ten čas som nikdy neprestal byť študentom javu, ktorý ma po celé roky fascinoval a upútal. Už od začiatku môjho výskumu bolo jasné, že títo ľudia, ktorých som stretol predtým a mal som ich stretávať i naďalej, budú mojimi učiteľ-

mi. Bolo tomu naozaj tak a ich slová a poznanie, ktoré som znamenával a meditoval nad ním, ma nesmierne obohatili.

Po tom, čo som napísal o zážitkoch na prahu smrti tri knihy, mal som pocit, že moja práca v tejto oblasti skončila a prišiel čas, kedy som sa mal začať venovať iným oblastiam. Koniec koncov, čo viac som mohol ešte povedať, čo sa ešte nespomenulo ani v jednej z mojich kníh, či mnohých článkoch o zážitkoch umierajúcich? Mohol som prispieť niečím novým, čo už iní neprezentovali lepšie?

Keď som takto nad tým jedného dňa uvažoval, napadlo mi, že to, o čo by som sa naozaj rád pokúsil, je dať iným niečo z toho, čo mi tak nezištne dali ľudia po stretnutí so smrťou a čo som si uvedomil počas mojej práce: nešlo by už o opis ďalšieho výskumu ako takého, ako som to robil vo svojich predchádzajúcich knihách. Chcel by som to všetko ponúknuť ako dar, použiteľný v každodennom živote. Chcel som rozdať tú neoceniteľnú múdrosť, ktorú možno odhaliť pri počúvaní týchto ľudí a pozorovaní ich života. Chcel som *odovzdať* zážitok na prahu smrti, rozšíriť jeho posolstvo všade tam, kde je nádej na úrodnú pôdu, v ktorej by mohol zapustiť korene.

Vy ste moje pole. Prichádzam so svojimi semienkami, ktoré som dostal od iných a som zvedavý, či ich môžem do vás zasiať. Všetko, čo môžem spraviť, je položiť vám ich jemne do vašich rúk. Ak chcete, aby vyklíčili, musíte ich pestovať sami a sledovať, či sa im bude pod vašou opaterou dariť. Ak bude čo na konci zberať, bude to tiež vašou úlohou.

Nateraz vám môžem iba zaželať bohatú úrodu.

Na začiatku je však semienko a toto semienko je tvorené Svetlom. Dúfam, že budete očarení, až do neho vstúpíte.

Poznámky

- 1 Jeden často uvádzaný prieskum, ktorý organizoval Gallupov ústav na začiatku 80. rokov, naznačuje, že medzi dospelou populáciou v samotných Spojených štátoch malo zážitok na prahu smrti až osem miliónov ľudí. Diskusiu o tomto údaji prináša kniha Georga Gallupa, juniora *Adventures in immortality (Dobrodružstvá nesmrteľnosti)*.

- 2 Najznámejšie z týchto výskumov v USA sú opísané v mojich knihách *Heading toward Omega (Pred nami je Omega)*, a *The Omega Project (Projekt omega)* a v takých prácach ako *After the Beyond (Za hranicou vecnosti)* od Charlesa Flynna, *Coming back to life (Návrat do života)* od Phyllis Arwaterovej a *Transformed by the light (Zmenení svetlom)* od Melvina Morseho. V Anglicku tento fenomén prvá skúmala vo svojej knihe *Return from the death (Návrat zo smrti)* Margot Greyová. V Austrálii o tom hovoria knihy Cherie Surherlandovej *Transformed by the light (Zmenení svetlom)* a *Within the light (Vo svetle)*. Nakoniec, nedávna reportáž o týchto javoch sa objavila v Taliansku v časopise *Journal of Near-Death Studies* od Emilia Tiberiho pod názvom „Extrasomatic emotions" (Emócie mimo tela).

Cesty k Svetlu

Počas posledných desiatich rokov som viedol na univerzite kurzy o zážitkoch na prahu smrti. V každom semestri sa doň zapísalo tridsaťpäť až štyridsať študentov. Pri prvom stretnutí boli z takéhoto netradičného predmetu obvykle trochu nervózni, ale vo všeobecnosti aj nadšení a zvedaví na tému, ktorá vzbudzovala ich záujem už predtým.

Bežne sa stáva, že medzi týmito študentmi sa vyskytne jedna osoba — obyčajne nie viac ako jedna — ktorá vstupuje do triedy s výrazne odlišnou orientáciou a výhodou nad spolužiakmi. Je to študent, hoci sa to o ňom dozviem až neskôr, ktorý mal sám osobný kontakt so smrťou. Je medzi nami z celkom iných dôvodov a často prejde niekoľko týždňov, ba dokonca väčšia časť semestra, kým sa dozvieme, koho to medzi sebou máme. Keď sa však semester chýli ku koncu, obvykle sa nám zdôverí so svojou skúsenosťou a v tej chvíli sa stáva naším skutočným učiteľom.

Craig

Stále si živo pamätám, ako sa jeden z týchto utajených študentov po prvýkrát zveril mne i celej triede so svojím zážitkom. Budem ho volať Craig a bol o niečo starší ako väčšina ostatných. Nechýbalo mu veľa do tridsiatky, ale vďaka jednoznačne chlapčenským spôsobom správania vyzeral presne ako jeho spolužiaci. Hneď som si všimol, že sa mimoriadne zaujíma o naše diskusie a možno aj vďaka športovému vzhľadu, širokým

pleciam a atletickej postave bol pre našu skupinu svojim elánom veľmi príťažlivý. Možno ho teraz v spomienkach až príliš idealizujem, ale od ostatných študentov sa líšil aj tým, že z jeho očí celkom určite žiarila akási iskra. Vtedy som to zrejme pripisoval jeho zanieteniu pre tento seminár, ale nakoniec sme sa ja a moji študenti dozvedeli, že jeho takmer žiarivý zjav a nákazlivý optimizmus má rozhodne oveľa osobnejšie príčiny.

Stalo sa to jedného dňa, keď sa, samozrejme, s istou hanblivosťou priznal, že sám mal asi pred desiatimi rokmi jeden takýto zážitok. Pochopiteľne, nechal som ho vtedy rozprávať a na konci hodiny sme už v hrubých rysoch vedeli, čo sa mu prihodilo. Keď sa už pustil do rozprávania, opisoval svoju skúsenosť veľmi priamo a nenútene. Požiadal som ho potom, či by mi nechcel napísať svoju verziu ako príspevok do tohto kurzu a to, čo nasleduje, sú výňatky z tejto jeho práce. Moje poznámky majú za cieľ zaradiť jeho rozprávanie do celkového kontextu. Bol by som rád, keby ste si jeho slová nielen pozorne prečítali, ale pokúsili sa *vstúpiť* do jeho zážitku s čo najväčším precítením a predstaviť si pritom, že ide o váš vlastný zážitok. Do tej miery, do akej sa vám to podarí, jeho zážitok sa stane vašim a jeho sila zasiahne aj vás.

Craig prešiel týmto zážitkom jedno leto pri splavovaní rieky, keď sa takmer utopil. Sedel v kajaku len asi tridsať sekúnd, keď si uvedomil, že je s ním zle. Zľakol sa a v tej chvíli si uvedomil, že:

prúd ma ťahal do stredu rieky, kde bol malý vodopád. Bol tam prudký pokles, asi tak niečo vyše jedného metra a jasne bolo vidieť silu prúdu. Skaly pod vodopádom voda vymlela a vytvorila tak akési sacie hrdlo... Snažil som sa dostať na dráhu, v ktorej šiel Don (jeho priateľ a ďalší kajakár), ale vesloval som iba rukami a všetko moje úsilie bolo márne. Prúd bol príliš silný a veslovaním som sa iba otáčal a blížil som sa k vodopádu chrbtom. Keď som sa obzrel za seba, srdce sa mi rozbúšilo pretože som si uvedomil, že neexistuje spôsob, ako sa vodopádu vyhnúť. Chcel som sa chytiť vnútra kajaku, ale bol šmyklavý. Tak som sa prevalil cez vodopád, kajak sa zadnou časťou ponoril do vody a potom ma tlak vzduchu vo vnútri vyhodil čelom dopredu. Hodilo ma to hlavou dole do vo-

dopadu, kde ma sila vody svojim nárazom odtrhla od kajaku a pritlačila ku dnu. Ocitol som sa tam uväznený nikdy nekončiacim prívalom ohromujúcej sily.

Craig sa teda ocitol v zdanlivo neprekonateľnej pasci. Tvár mal pritlačenú do piesku, rukami mohol hýbať, ale nemal sa čoho chytiť, aby sa nadvihol. Rýchle si uvedomil, že nemá žiadnu nádej a až mu dôjde zásoba kyslíka v pľúcach, určite zomrie. Medzitým jeho myseľ nabrala obrovskú rýchlosť a zdalo sa mu, že v nej naraz prebieha množstvo myšlienok a udalostí. Keď naňho dopadla celá váha jeho osudovej situácie, začal úplne strácať pojem času.

Nemohol som uveriť, že takto skončí môj život... Nevedel som si predstaviť, žeby som sa mohol utopiť a už vôbec nie v takom mladom veku... Zdalo sa mi to takmer smiešne, že som bol v týchto miestach už toľkokrát predtým a nikdy mi nenapadlo, že tu jedného dňa zomriem. Pred mojimi očami sa začali neuveriteľnou rýchlosťou premietiť scény z môjho života. Pripadal som si ako pasívny pozorovateľ celého diania a akoby niekto iný obsluhoval premietaciu. Po prvýkrát som sa pozeral na svoj život objektívnym pohľadom. Videl som dobré i zlé veci. Uvedomil som si, že tieto obrazy sú zrejme poslednou kapitolou môjho života a že keď prestanú, stratím vedomie navždy. Spomenul som si na žiarovku, ktorá sa niekedy rozžiarí najjasnejšie a potom zhasne.

Craig sa dostáva k tomu, čo mnohí ľudia pri umieraní nazývajú panoramatickým prehľadom o živote a opisuje potom rôzne scény z detstva, keď bol ešte celkom malý.

Udivilo ma, keď som sa videl ako sedím na vysokej detskej sedačke, do pravej ruky beriem nejaké jedlo a hádzem ho na dlážku. Objavila sa mama, mladšia o celé roky, a hovorila mi, že dobrí chlapci nehádzu jedlo po zemi. Potom som sa videl pri jazere počas letných prázdnin, keď som mal tri alebo štyri roky. Musel som plávať so starším bratom so vzduchovým vakom na chrbte, pretože ani jeden z nás nevedel vtedy ešte plávať. Z nejakého dôvodu som sa na neho hneval a aby som hnev prejavil, hodil som je-

ho vzduchový vak do jazera. Veľmi ho to rozladilo a začal plakať. Prišiel ku mne otec a vysvetlil mi, že to nebolo odo mňa pekné a že budem musieť teraz veslovať s ním na čln, zobrať ho a bratovi sa ospravedlniť. Znovu som prežil nehodu na čln, keď som mal asi sedem rokov. Bolo to pre mňa vtedy veľmi traumatické, pretože som nechtiac prešiel cez brata a skoro som ho zabil. S úžasom som pozeral na všetky tie scény, na ktoré som už dávno zabudol... Vyzeralo to, že všetky tie scény nejako súviseli so skúsenosťami, z ktorých som sa niečo naučil, alebo boli pre mňa istým spôsobom traumatizujúce. Obrazy bežali stále vysokou rýchlosťou a vedel som, že môj čas sa kráti, pretože sa blížili stále viac k prítomnosti... Potom všetko prestalo... a nastala tma.

V tomto okamihu zdanlivého konca začal Craig pociťovať isté uvoľnenie a oddal sa svojmu nevyhnutnému osudu. Vtedy začal vnímať akési chvenie, ktoré sa šírilo postupne od chodidiel do celého tela a zvyšovalo jeho pociť uvoľnenosti. Jeho telo sa dokonale upokojilo a srdce prestalo biť. Už necíti potrebu nadýchnuť sa vzduchu a paradoxne sa v tomto stave necíti vôbec neprijemne. Nastáva krátka prestávka a vtedy zrazu,

cítil som, že sa pohybujem cez temnú prázdnotu. Bolo to čosi ako tunel, ale bolo to také tmavé, že v priemere mohlo merať pol-druha metra alebo tisíce kilometrov. Mal som pocit, že naberám rýchlosť a pohybujem sa cez toto prázdno po absolútne rovnej dráhe. Zdalo sa mi, že okolo tváre mi vane vietor. Nebol to však ozajstný vietor, boli to len pocity, ktoré by takýto vietor mohol vyvolať. Cítil som sa, akoby som letel rýchlosťou svetla cez čiernu tmú a ďaleko pred sebou som zazrel malinký bod svetla, ktorý sa akoby zväčšoval. Podvedome som pochopil, že to je môj cieľ. Rýchle som sa k nemu blížil, až sa zmenilo na obrovskú masu nádherného a žiarivého bieleho svetla. Zastavil som sa krátko pred tým, ako by som ho mohol dosiahnuť, pretože som cítil, že som sa dostal príliš ďaleko od Zeme, aby som mohol nájsť cestu späť. Zmocnil sa ma vtedy pocit, ktorý by som mohol prirovnať k nostalgii za domovom.

Ako som tam tak sedel bez pohybu, zdalo sa mi, že to svetlo sa začína vznášať bližšie ku mne, akoby chcelo prekonať tú medzeru,

ktorú som medzi nami ponechal. Netrvalo to dlho a svetlo ma pohltilo. Cítil som, ako sa s ním spájam. Zdalo sa mi, že je v ňom poznanie všetkého, čo sa dá spoznať a prijalo ma ako časť seba samého. Niekoľko minút som mal pocit, že všetko viem. Všetko zrazu akoby nadobudlo dokonalý zmysel. Videl som zrazu celý svet v dokonalej harmónii. Pamätám sa, ako som si povedal: „Ó, tak je to teda. Všetko je tak krištáľovo jasné a jednoduché i pri tej obrovskej rozdielnosti.“ Nikdy predtým som to nebol schopný vidieť z takého zorného uhla.

Keď teraz na to spomínam, nedokážem vysvetliť otázku, ktorým sa dostalo odpovede, ani odpovede samotné. Viem len to, že všetky boli na oveľa vyššej úrovni myslenia, než aká je prístupná, keď je naša myseľ obmedzená svojou telesnou povahou... Keď som bol vo Svetle, stále som cítil obmedzenia dané mojou formou, ale zároveň som sa cítil so svetlom zjednotený. Cítil som, ako sa rozširujem cez svetlo do priestoru merajúceho celé kilometre a potom sa vraciam späť do pôvodnej formy, ktorá vtedy vyzerala ako približne tri štvrté metrové vajce, tvorené masou energie. Nikdy v živote som sa tak dobre necítil. Bolo to, akoby som sa kúpал v absolútnej láske a porozumení a vyhrieval sa v ich žiare... Porovnal by som to k pocitu, ktorý sa vás zmocní, keď sa po dlhom cestovaní vrátite konečne domov. Mal som pocit, že som tu už kedysi bol, možno ešte predtým, ako som sa narodil do fyzického sveta.

V tejto chvíli zdanlivého vyvrcholenia zážitku na prahu smrti v podobe neopísateľného splynutia so svetlom sa Craiga zmocní úžas, keď zistí, že na neho čakajú ešte ďalšie odhalenia.

Zrazu som zaregistroval akýsi pocit vznášania, ako keby som stúpал nahor. Bol som šokovaný, keď som zistil, že sa vznášam hore, do voľného priestoru nad riekou. Veľmi jasne si pamätám na záber vodnej hladiny, ktorá mi prešla popred oči. Zrazu som videl a počul všetko ako nikdy predtým. Zvuk vodopádu bol taký prenikavý a jasný, že sa to jednoducho nedá slovami opísať. Toho istého roku, ešte pred touto udalosťou, som utrpel úraz na pravé ucho. Práve keď som počúval v bare jednu hudobnú skupinu niekto tam hodil dymový granát M-80. Vybuchlo to tesne vedľa mojej hlavy. Teraz som však počul absolútne dokonale, lepšie ako kedykoľvek

predtým. Ešte úžasnejší bol môj zrak. Veci, ktoré boli blízko mňa, som videl rovnako jasne ako aj veci vzdialené a to všetko súčasne, čo ma privádzalo do úžasu. Nie, na čo som pozrel, nebolo zahmlené. Nadobudol som pocit, že som po celé tie roky bol obmedzený fyzickými zmyslami a že som sa dovtedy pozeral iba na skreslený obraz reality.

Vznášal som sa asi tak dva metre nad vodou a uprene som pozeral smerom k vodopádu. Vedel som, že moje telo je viac ako dva metre pod vodou, ale očividne ma to netrápilo... Bol som oddelený od fyzického tela a zistil som, že môžem prežiť aj bez všetkej tej bolesti a trápenia telesnej existencie. Keď som bol vo fyzickom tele, nikdy som ho nespájal s bolesťou a utrpením, ale teraz, keď som zažil takú absolútnu blaženosť a harmóniu, všetko predtým sa mi zdalo ako život v nejakej klietke.

Cítil som sa ako určitá forma energie, ktorú nie je možné nikdy zničiť. Spomenul som si na všetkých tých postihnutých ľuďoch na svete, ktorí nevidia, nepočujú, chýbajú im údy alebo sú ochrnutí. Uvedomil som si, že keď zomrú, všetky tieto obmedzenia padnú a budú zasa celí a v poriadku... Bol to taký upokojujúci pocit, vedieť, že všetci títo ľudia budú jedného dňa od nešťastných podmienok oslobodení.

Craig teraz spozoruje už takmer pološialeného priateľa Dona a usiluje sa s ním komunikovať.

Pozeral som uprene po rieke a zbadal som Dona ako sa krčovitým drží skaly a v šoku, s otvorenými ústami hľadá smerom k vodopádu. Zavolať som na neho: „Don, som tu hore. Som v poriadku, pozri sem, hore.“ Neodpovedal. Vyzeralo to, že neexistuje spôsob, ako by som mohol s ním komunikovať a tak som to rýchle vzdal.

Na tomto úseku cesty späť zo svetla zažíva Craig niektoré zvláštne stavy, o ktorých niekedy hovoria aj iní po svojom zážitku. Zisťuje napríklad, že jeho netelesná podstata má teraz schopnosť vstúpiť do rôznych častí prírody, ako sú stromy a skaly, môže ich vnímať a radosť sa z týchto zvláštnych pocitov. Skrátka povedané, ohromne sa zabáva a objavuje neobmedzené možnosti tohto nového stavu.

Nikdy v celom svojom živote som sa tak dobre necítil. Mal som pocit, že v jedinom okamihu môžem ísť na hociktoré miesto vo vesmíre. Spomenul som si napríklad na moju rodinu a moja energia sa okamžite ocitla doma, v zadnom dvore. Vznášal som sa nad zadnou verandou a pozeral som do domu cez kuchynské okno. Na okenici sedel nejaký vtáčik a s úžasom som sledoval, že môžem prísť k nemu celkom blízko bez toho, aby som ho odplašil. Zbadal som tiež niekoho, kto šiel cez kuchyňu, ale nebol som si istý, kto to môže byť. Ďalšie miesto, na ktorom som sa ocitol, bolo nárožie rušnej ulice. Bolo to presne ako scéna, ktorú som videl, keď som raz bol v San Francisku. Po každom z týchto mojich výletov som sa vrátil späť na to isté miesto nad pieskom pri rieke.

Moja eufória dosiahla vrchol a začal som hľadať, čo by som ešte vyskúšal, keď sa mi zrazu v hlave ozval v hromový hlas a opýtal sa ma: „Co si tak asi myslíš, že teraz robíš? Ešte nenastal čas, kedy máš zomrieť! Chováš sa sebecky. Samozrejme, cítiš sa skvele a si nadšený touto skúsenosťou, ale musíš pochopiť, že takto sa to nemalo stať. Sľúbil si, že sa nevzdáš nikdy skôr, kým nevydáš zo seba aj poslednú štipku energie. Pamätáš sa na súboj v zápasení na strednej škole, keď si už bol skoro na lopatkách a potom si bol sklamaný, lebo si cítil, že si sa vzdal? Práve to si spravil teraz. Som z teba trochu sklamaný, že si sa nesnažil o únik viac. ”

Zamyslel som sa nad tým a živo som si túto príhodu pripomenul. Ten hlas mal absolútnu pravdu. Vzdal som sa trochu unáhle a určite som nenasadil na únik všetku energiu, ale bránil som sa, že som nevidel žiadne východisko a pokračoval som: „a okrem toho, je už aj tak neskoro. Moje telo je určite plné vody”. Zdalo sa mi, že nekomunikujeme slovami, ale priamo myšlienkami.

V tej chvíli som začal vnímať čiastočne priesvitnú postavu starého človeka. Keď som si uvedomil, že je to ten, s kým komunikujem, všimol som si po jeho ľavej strane päť ďalších tvárí. [Dávajú mi niekoľko ďalších napomenutí a potom...] Uvedomil som si, že títo duchovia alebo duše ma zrejme veľmi dobre poznajú a zdalo sa mi, že patria do okruhu mojej rodiny z minulosti, ale nespoznával som ich.

Mužský hlas mi potom vysvetlil, že ešte nie je neskoro na môj návrat a zrazu som na čiernom pozadí zbadal tenkú oranžovú čiaru. Bola vodorovná a zdalo sa, že vedie do nekonečna z oboch

koncov jej malého úseku, ktorý bol červený a hrubší, než jej zvyšok. Hlas mi oznámil: „Tento červený úsek je tvoj život.“ Potom ju asi v štvrtine dĺžky preťala čierna kolmá čiara a hlas mi oznámil: „Ak zomrieš dnes, tu skončí tvoj život, ale ak sa rozhodneš žiť, vidíš, že máš možnosť zažiť ďalšie tri štvrtiny toho, čo si zažil doteraz.“

Táto bytosť mi potom ukázala scény, ktoré by sa odohrali, keby som si zvolil smrť. Videl som moju rodinu v slzách, videl som policajné autá, sanitku, potápačov a ľudí z domov okolo brehu rieky, ktorí sa snažili zistiť, čo sa to stalo. Videl som aj Dona, ako sa usiluje vysvetliť policajtom, ako k tomu došlo. Tieto zábery ma dosť znepokojili, pretože som nechcel spôsobiť rodine ani priateľom takéto trápenie. Potom sa ma hlas opýtal, čo mám v živote rád. Povedal som mu, že milujem hudbu. Opýtal sa ma, či som spravil pre ňu všetko, čo som chcel. Priznal som sa, že nie a dodal som, že vždy som snívalo tom, ako budem vystupovať v úvodnom koncerte pred niekým slávnym. Povedal som potom, žeby som rád otvoril koncert na festivale vo Woodstocku, napríklad pre Arlo Guthrieho.

Ten hlas si všimol, že Arlo Guthrie je v mojich očiach hrdinom a vysvetlil mi, že sa ničím nelíši od všetkých ostatných na zemi a že keď po niečom veľmi túžim, môžem to mať. Nakoniec si však možno uvedomím, že to, čo som získal, nie je vlastne vôbec to, čo som tak úporné hľadal. Akoby mi chcel povedať, že keby si ľudia uvedomili dôležitosť lásky a spolupráce namiesto súťaživosti, svet by sa stal lepším miestom pre život. Hlas mi radil, aby som maximálne využíval svoje zmysly a ich pomocou získal čo najviac vedomostí. Spomenul som si zasa na časovú čiaru, ako pokračovala za bodom, kde sa mal môj život skončiť a ako ďaleko siahala pred začiatok mojej ľudskej existencie. Ak nebolo nič pred mojím životom apo jeho konci, nechápal som, prečo som videl oranžovú čiaru smerovať v oboch smeroch a nie iba ten červený úsek, ktorý označoval môj život v tomto svete. Akoby mi chcela povedať, že som v nejakej forme existoval už pred týmto životom a že budem existovať i po jeho konci. Hlas mi potom oznámil: „Toto miesto tu bude na teba čakať stále a ak chceš ostať teraz, prijmem ťa. Budem ale tak trochu sklamaný, ak nevyužiješ túto šancu na návrat — je to na tebe.“

V tej chvíli mi bolo zrazu jasné, že by to bola takmer osobná urážka, keby som sa nerozhodol pre návrat do terajšieho života.

Pochopil som, že mi chce povedať, aká krásna môže byť pozemská existencia, ak sa na ňu pozrieme zo správneho uhla pohľadu. Netrvalo mi to dlho, a hlboko vo vnútri som si uvedomil, že sa naozaj chcem vrátiť a prežiť svoj život naplno. Hoci som sa na tomto mieste cítil tak dobre, vedel som, že sa tu budem môcť raz vrátiť a nevidel som nijaký dôvod k náhleniu. Povedal som: „Tak dobre,“ a než som stihol dodať: „Som pripravený,“ rýchlosťou blesku som skočil späť do svojho tela.

V tomto okamihu si Craig uvedomí ľarchu svojho tela a fyzickú bolesť, ale zároveň cíti obrovský prívál energie, vďaka ktorej bolesť takmer nevnímá. Zisťuje náhle, že má silu troch mužov, s plným nasadením začne bojovať o oslobodenie zo svojho zajatia pod vodou a samozrejme zvíťazí. Podarí sa mu doplávať k brehu rieky, kde sa úplne vyčerpaný zrúti na breh. Jeho myseľ je však stále ohúrená tým, čo práve zažil a zatiaľ čo jeho telo leží na brehu, on sám ostáva v dvoch svetoch. „Pokúšal som si ujasniť, čo som to práve zažil. Vedel som, že som nazrel do sveta na druhom brehu, ako o tom hovoríme a bol to taký dobrý pocit, byť zasa späť. Dokonca aj bolesť v pľúcach som vnímal ako čosi dobré.“

O desať rokov neskôr, keď Craig uvažoval nad odkazom a vplyvom svojho zážitku, napísal:

Tento zážitok zmenil môj život v mnohých smeroch. Predovšetkým, už sa ani trochu nebojím zomrieť. Viem, že nerád by som trpel, ale viem, že skutočný proces umierania nieje vôbec taký, ako som si ho predstavoval a že to bol pravdepodobne najnádhernejší a najpokojnejší zážitok aký som kedy mal. Uvedomujem si teraz, že náš čas tuje relatívne krátky a to ma núti k tomu, aby som žil život naplno. Zistilo som, že z tých niekoľkých vecí, ktoré si ľudia môžu so sebou vziať, keď zomrú, najdôležitejšia je pravdepodobne láska. To čo nám ostáva, keď opustíme telo, je energia, láska, osobnosť a vedomosti. Zdá sa mi mrhaním drahocenného času, ak sa niekto nechá uväzniť v materialistickom spôsobe myslenia. Keď počujem spev vtákov, znie to tak krásne a celé moje vnútro sa naplňuje dobrým pocitom. Všímam si stromy, rastliny a všetok život okolo seba viac ako kedykoľvek predtým. Myslím, že nachádzam

šťastie skôr v drobných veciach, než vo veciach, ktoré majú vysokú peňažnú hodnotu. Život je pre mňa vo všeobecnosti zložitejší a zázračnejší ako predtým. Cítim, že naše telá sú pre nás najväčším darom a väčšina ľudí to pritom berie ako nejakú samozrejmú vec. Väčšina ľudí sa nad tým ani nepozastaví, a neuvedomí, akí sme šťastní, že žijeme. Viem, že som dostal druhú šancu v živote a každý deň je pre mňa o to vzácnejší. Slovom sa nedá opísať ten pocit, keď ráno vstanem, cez okno svieti slnko a začína nový deň so všetkými príležitosťami zažiť nové veci a poučiť sa z nich. Teraz viem, že po tomto živote nás všetkých očakáva ďalšia existencia a že smrť nie je koniec, ale jednoducho nový začiatok.

V prípade Craiga však čakalo na neho ešte prekvapenie a záhadné potvrdenie udalosti, ktorú mu predpovedal hlas počas jeho zážitku. Na záver svojho rozprávania spomína Craig túto príhodu:

Po tomto zážitku sa stala ešte jedna ironická vec: O tri roky neskôr som sa rozhodol, že sa naučím hrať na flaute. Už po niekoľkých mesiacoch som si uvedomil, že svojou hrou viem zasiahnuť iných v najtajnejších miestach ich duše. Niekedy sa dokonca aj rozplakali. Zistil som, že takto môžem pôsobiť naraz na mnohých ľudí. Dva roky po začiatkoch sflautou som raz hral v bare a nejaký muž sa ma opýtal, či by som nechcel hrať v úvodnom vystúpení pred Arlom Guthriom v podniku Shaboo [vtedy to bol miestny klub]. Odpovedal som: „Samozrejme“ a zmocnilo sa ma vzrušenie pri spomienke na to, čo sa stalo počas môjho zážitku na prahu smrti. Splnil sa mi predsa môj životný sen. Po predstavení som sa so slzami v očiach obzrel späť na javisko a povedal som si: „Možno mal ten hlas pravdu. Možno to nebolo vôbec to, čo som tak hľadal. To čo som naozaj hlboko vo svojom vnútri chcel, bol pocit, že ma niekto potrebuje a miluje a že dokážem pôsobiť na srdcia mnohých ľudí.“

Uviedol som tu podrobne Craigovo rozprávanie, aby ste hneď na začiatku mali možnosť predstaviť samých seba v hlbokom a predsa celkom typickom zážitku na prahu smrti. To čo Craig videl, čo pochopil a ako sa v dôsledku tohto zážitku zrne-

nil, predstavuje spoločné svedectvo a výsledok tisícov podobných ľudí na svete. V istom zmysle možno stačí ak si prečítate jeho skúsenosť a budete nad ňou uvažovať, pretože naozaj hovorí mimoriadne pôsobivo sama za seba. Aby sme však náhodou neprehliadli niečo obzvlášť dôležité, mohlo by byť užitočné ak sa ešte chvíľu pri ňom zdržíme a prv ako sa venujeme ďalšiemu príbehu, zaznamenáme si niektoré prvky jeho zážitku, hlavne tie, ktoré sú veľmi významné pre nás ostatných.

Craigov zážitok má samozrejme mnoho známych prvkov týchto stretnutí - pocity pokoja a mimoriadnej pohody, pobyt mimo tela, prechod cez temnú prázdnotu k žiariacemu krásnemu svetlu, pocit bezvýhradného prijatia, univerzálne poznanie, prehľad života, stretnutie s inými a možnosť volty, či sa chce vrátiť do fyzického tela. Jeho zážitok obsahoval aj zriedkavejšie, ale nie jedinečné prvky, ako napríklad napojiť sa na vzdialené miesta a rôzne scény, alebo vnímať bezprostredne prírodné úkazy. Pre nás má samozrejme najväčší význam poznanie, ktoré sa Craigovi počas zážitku dostalo a ako ovplyvnilo jeho ďalší život. Keď chceme začať prijímať tieto poučenia do svojho vnútra, pomôže nám, ak si niektoré jeho hlavné momenty zhrnieme.

Toto je teda to, čo si Craig zo zážitku zobral a čo hovorí, ako uvidíme neskôr, za mnohých ďalších po takejto skúsenosti:

1. Neexistuje nič, prečo by sme sa mali smrti báť.
2. Umieranie je pokojné a krásne.
3. Život nezačína pri narodení a ani nekončí pri smrti.
4. Život je niečo vzácne — žite ho naplno.
5. Naše telo a jeho zmysly sú vzácne dary - vážte si ich.
6. To najdôležitejšie v živote je láska.
7. Život orientovaný na materiálne zisky sa míňa svojmu cieľu.
8. Svet sa môže stať lepším vďaka spolupráci a nie súťaženiu.
9. Veľký úspech v živote nestojí za všetku tú chválu.
10. Dôležité je hľadať poznanie — beriete si ho so sebou.

Mnohé z týchto výrokov sa môžu zdať celkom samozrejmé a môžete sa cynicky opýtať: „Musí naozaj človek takmer zomrieť, aby sa dozvedel takéto frázy?“ Samozrejme, že nemusí —

na tomto predpoklade je predsa založená celá táto kniha — ale to, čím tento zážitok obohacuje človeka, je že vďaka nemu sa slovné banálnosti u neho menia na *žijúce pravdy*. Tento človek nezabúda na tieto veci, pretože sa mu nezmazateľne a natrvalo vryli do duše, pričom okamžité a dlhodobé pôsobia na jeho správanie. Ak sa teda chceme učiť v tej istej škole, ktorú absolvovali tí, ktorí prekonali vlastnú smrť, musíme byť pripravení, že budeme musieť konať sami - budeme sa musieť snažiť dostať do svojho vnútra to, k čomu sa iní dostali bezprostredne. Cesta za týmto cieľom začína pri čítaní a uvažovaní nad týmito príbehmi — niekedy možno aj viackrát — a to isté platí i o zozname poučení, ktoré sa dostali Craigovi. Koniec koncov, sú to jeho dary určené pre vás. Môžete si ich opísať a nalepiť na dve re chladničky, aby ste tak na jeho zážitok ani na neho samotného nezabudli.

Pokiaľ ide o Craiga, ukončil štúdium na univerzite a keď som o ňom počul poslednýkrát, chystal sa presťahovať ďalej na západ, kde si našiel miesto vo veľkej leteckej dopravnej spoločnosti. Craig bol v týchto kurzoch mojím prvým študentom so zážitkom na prahu smrti, ale určite nie posledným. Chcel by som vám ale teraz predstaviť posledného - lepšie povedané, najnovšieho z nich.

Neev

Vlani som sa zoznámil s mladým mužom s menom Neevon (neskôr mi povedal, že ho každý volá Neev). Na rozdiel od Craiga, ktorý bol v mojej triede veľmi temperamentným zjavom, Neev bol tichý a nenápadný. Musím sa úprimne priznať, že tento celkom priemerne vyzerajúci ale statný chlapec s dlhými čiernymi vlasmi nespravil na mňa nijaký zvláštny dojem, i keď som si všimol, že kurz navštevoval veľmi poctivo. Koncom semestra som pozval do mojej skupiny troch ľudí, ktorí mali zážitok na prahu smrti, aby sa s nami porozprávali o jeho následkoch. Jednou z nich bola celkom náhodou študentka, ktorá absolvovala tento kurz v predošlom semestri. Ako mi Neev neskôr povedal, veľmi ho prekvapilo, keď ju zbadal v tejto úlohe, pretože ju celkom dobre poznal a vôbec nevedel, že-

by bola také niečo zažila (boli na to dobré dôvody, pretože ako študentka z obavy pred výsmechom nikomu o tom nepovedala). Keď však počul jej výpoveď pred celou skupinou, konečne sa odhodlal a podelil sa o zážitok so mnou medzi štyrmi očami. Hneď som ho povzbudil a požiadal ho, aby napísal svoju verziu zážitku pre náš kurz a to, čo si teraz prečítate, sú úryvky z jeho seminárnej práce, ktorú za týmto účelom napísal. Opäť vás chcem vyzvať, aby ste sa pokúsili vnímať jeho zážitok zo svojho vnútra, akoby ste boli v jeho topánkach, či lepšie tretrách, pretože jeho stretnutie so smrťou začalo na bejzbalovom ihrisku.

V marci 1988, keď Neev študoval v druhom ročníku na univerzite, počas zápasu sa ťažko zranil. Práve sa snažil chytiť nízky hod, keď do neho prudko vrazil zavalitý chytač a ako sám hovorí: „To prvé čo som vedel bolo, že svet ako ho poznám, bol preč.“ O chvíľu zistil, že napriek tomu je veľmi prítomný, len s tým rozdielom, že už nebol vo svojom tele.

Uvedomil som si... že nie som vo svojom tele. Necítil som žiadnu bolesť či nepokoj. Cítil som sa sám so sebou absolútne vyrovnaný. Stál som za trénerom a otcom jedného z hráčov. Obaja kľúčali nado mnou v hracom poli, kde som ležal na chrbte. To prvé, čo som skontroloval bolo, či mám loptu v rukavici (bola tam).

Neev potom pozoroval - zo svojho zorného uhla mimo tela — ako jeho telo napoly niesli, napoly vliekli z ihriska, tvár mal groteskne napuchnutú a nakoniec ho naložili do auta spoluhráčovho otca. Tvrdí, že počul každé prehovorené slovo, keď ho viezli do blízkej nemocnice. Píše, že skutočne cítil sám seba, ako ich nasledoval za autom. Jasne videl interiér auta a zároveň aj všetko, čo upútalo jeho pozornosť počas tejto jazdy.

Keď dorazili do pohotovostnej ordinácie, jeho telo preložili na nemocničný vozík a to všetko, ako hovorí Neev, pozoroval z miesta vedľa svojho tela. Sám hovorí:

Videl som, ako ošetrovatelia kladú moje telo na vozík a tlačia ho cez dvojce veľké dvere do ordinácie. Lekári okamžite vybehli ku mne po dlhšej, jasne osvetlenej chodbe, kontrolovali mi pulz a zrne-

rali krvný tlak. Okolo mňa sa natlačilo niekoľko lekárov. Signály mojich hlavných životných funkcií boli stabilné, ale slabé a nariaďili mi röntgenovú snímku hlavy. Videl som sa, ako ma prevádzajú do röntgenovej miestnosti, zvyšok tela mi prikryli ochrannou olovenou dekou a zhasli svetlá.

Ďalej som už svoje telo v röntgenovej miestnosti nevidel. Stále som bol mimo tela, ale nie som nevidel. Môj svet sa zmenil na najtemnejšiu tmu. Vnímal som sám seba a nie iné tam nebolo... Bol tam neopísateľný pocit lásky a tepla. Tak sa možno cíti dieťa v lone matky pred narodením. Necítil som nie okrem pokoja a ticha. Nechcel som odtiaľ nikdy odísť — zdalo sa mi, akoby som toto miesto hľadal celý život. Bolo to v každom ohľade dokonalé miesto s výnimkou toho, že som tam bol sám. Len čo mi však napadla táto myšlienka, môj pocit ticha uprostred tmy sa okamžite zmenil na pohyb veľkou rýchlosťou. V tej chvíli som vedel, že nie som sám.

Zdalo sa mi, že všetko, čo som potreboval vedieť alebo čo som vôbec niekedy chcel vedieť, to všetko mi bolo teraz dostupné. Mal som pocit, že som sa náhle zastavil, keď som sa opýtal: „Prečo som tu?“ Mal som pocit, že všetky vedomosti prichádzajú z môjho vnútra, pretože som nemusel nikomu nič hovoriť — všetko sa jednoducho dialo akosi automaticky. Bolo to, akoby som na každú myšlienku dostal odpoveď vo forme zjavenia.

Tentoraz otázka privolala prehľad môjho života. Bolo to akoby som pozoroval svoj život na premietačke, nastavenej na vysoké obrátky. Tento prehľad ukončil môj pobyt v tme a viedol ma cez moje detstvo, dospievanie, obdobie na strednej a vysokej škole až po môj zážitok na prahu smrti. Svoj život som nielen videl, ale aj znovu prežil. Cítil som všetko to, čo som cítil kedysi. Keď hovorím „všetko“, mám na mysli každé poranenie, bolesť, emóciu a pocit spojený s konkrétnym obdobím môjho života. Zároveň som videl účinky môjho života na ľudí okolo mňa... Cítil som všetko to, čo cítili oni a vďaka tomu som pochopil odplatu za všetko čo som spravil, za dobré i zlé. Tento prehľad života bolo to najkrajšie čo som kedy videl a zároveň to najhroznejšie, čo som kedy okúsil.

Tresne v okamihu, keď sa prehľad môjho života uzavrel, spomenul som si na mladšiu sestru a chcel som zrazu byť s ňou. A v tej istej chvíli... som sa vrátil do sveta, ako som ho poznal predtým. Nebol to už však ten svet, ako som ho chápal dovtedy.

Tu sa zrejme jeho zážitok končí, Neev sa preberá a zisťuje, že stále ešte leží na nemocničnom vozíku. Teraz pri ňom už stojí otec s matkou. Utrpel ťažké otrasy s vnútorným krvácaním a hoci mu lekár hovorí, že má šťastie, veď ostal nažive, uisťuje ho, že sa zotaví. Čoskoro ho naozaj prepustia a otec ho odváža domov. Po príchode prestáva cítiť ľavú polovicu tela, ktorá one-dlho celá ochrne a prestáva navyše vidieť.

O dva dni sa mu zrak vráti, ochrnutie však pretrváva celý týždeň a s neprijemne opuchnutou tvárou ostáva pripútaný na lôžko osem týždňov. Počas prvých dvoch dní zotavovania, v dobe, keď ešte nevidí, Neev striedavo stráca a obnovuje svoje vedomie, znovu sa vracia do zážitku na prahu smrti a získava ďalšie informácie o svojom živote. Hovorí, že zasa videl seba v životnom prehľade a „bolo to hrozné, čo som videl. Bol to práve tento životný prehľad, ktorý vo mne podnietil túžbu po zmene". Aj on si uvedomil, podobne ako Craig, že má sprievodcu.

Počas týchto výletov na druhú stranu som cítil, akoby som pri sebe niekoho mal. Nebola to osoba vo fyzickom zmysle, ale skôr čosi ako duchovný sprievodca... Pri týchto mojich návratoch som vnímal svojho sprievodcu takmer ako postavu otca. Zdalo sa mi, že kladie správne otázky v pravom case. Dokázal som pochopiť všetko to, čo bolo potrebné, aby som sa zmenil. Vždy, keď som upadol späť do môjho druhého sveta tepla a odpovedí, bolo to akoby som stále znovu prechádzal zážitkom na prahu smrti.

Neev sa začína zotavovať a zmeny, ktoré sa s pomocou sprievodcu už udiali v jeho vnútri, sa začínajú stabilizovať — ako hovorí sám: „Jednoducho sa začali diať." A zmeny, ktoré sa objavujú tak spontánne, sú svojím rozsahom obrovské. Neev v práci píše:

Zmeny, ktoré pripisujem zážitku, sa zdajú také prirodzené, ale bez neho by boli nemožné. Pred týmto zážitkom bol môj život celkom iný. Zdá sa mi teraz, akoby odvtedy už uplynul celý život, ale v skutočnosti prešlo iba päť rokov. Ako som už povedal, v mladom veku som pohrďal sám sebou. Vyrastal som úplne ináč ako všetci

ostatní okolo mňa. V mojej rodine som bol prvou generáciou narodenou v Amerike. Rodičia sem prišli z Izraela a doma sa hovorilo po hebrejsky. Chcel som sa rozprávať po hebrejsky s každým i keď mi nerozumeli. Tento kultúrny rozdiel mi sťažil adaptáciu a tak som s tým prestal. Bol som veľmi uzavretý dieťa a nemal som takmer žiadnych kamarátov. Každý deň si zo mňa niekto uťahoval a doberal si ma, čo spôsobilo, že moje sebadôvera klesla na nulu. Ako dieťa som bol veľmi zvedavý a snaživý, ale keď som v škole svoje vedomosti prejavil, dostal som sa do všeobecnej pozornosti a to mi prinieslo ešte viac ponižovania. Výsledkom toho bolo, že som sa stal známy ako najmenej schopný žiak.

Keď som mal desať rokov, uvedomil som si, že sa dokážem presadiť v športe. Stal som sa jedným z najlepších futbalistov v našej oblastnej súťaži a preto si ma tam aj ponechali. Jediný problém bol, že ostatné deti začali na mňa žiarliť a trápiť ma ešte viac. V tom čase som postúpil do nižšieho stupňa strednej školy a vytvoril som si na ochranu proti spoločenskej nespravodlivosti okolo seba takú hrubú ochrannú vrstvu, že sa tým všetko ešte zhoršilo. Bol som jedným z najhorších antisociálnych ľudí, aký kedy existoval. Do školy som chodil ako neschopný žiak, ktorý sotva uspeje na priemernú známku a každú voľnú chvíľu som sa venoval futbalu, alebo tupo cível do televízora, alebo spal. Zo všetkého som bol vydesený — bál som sa najmä odmietnutia, verejného vystúpenia, spoločenských udalostí, dievčat a tak ďalej — to všetko ma priviedlo do stavu vzbury, ktorá viedla k vandalizmu a iným problémom.

Podľa Neeva zážitok na prahu smrti, spolu s ďalekosiahlym prehodnotením života, ku ktorému vďaka nemu dospel, zmenil všetko a spôsobil, že sa úplne obrátili jeho predošlé tendencie a zlepšili sa dokonca aj dlhodobé zdravotné problémy. Rozsah jeho premeny je vskutku pozoruhodný a oplatí sa ho podrobnejšie citovať.

Okamžite som sa zmenil z pesimistu na optimistu. Zrazu sa mi zdalo, že všetko má aj pozitívnejšiu stránku. Vedel som, že všetko, čo sa deje, má istý zmysel. Niekedy možno tento zmysel nie je spočiatku zrejmý, ale nakoniec sa prejaví.

Tento zážitok mal na mňa akýsi zvláštny liečivý účinok. Telesné problémy, ktoré ma prenasledovali celý život, sa po ňom stratili. Boli to chronické migrenózne bolesti hlavy, proti ktorým som celé roky musel brať tabletky, kŕče a strašne neurotický žalúdok, ktorý sa ozýval každý deň pred vyučovaním, pred futbalovými zápasmi, testmi a pri akejkolvek spoločenskej udalosti. Pred zážitkom som bol najväčšie nemešlo, aké ste len mohli stretnúť, na ktoré sa všade lepili nehody. Toto všetko vyriešil môj zážitok na prahu smrti.

Nebol to však iba liečiteľ tela — napravil sa aj môj duševný stav. Môj pohľad na život už nebol pochmúrny a depresívny. Cítil som, že mojím poslaním je teraz zrejme pomáhať ľuďom a podeliť sa s nimi o moju pozitívnu perspektívu. Akoby prestala aj moja závislosť od času. Nemal som už pocit časovej tiesne — vždy bolo dost' času robiť niečo iné alebo niečo navyše. Každý deň som sa snažil vykonať čo najviac. Vnímal som všetko také aké to bolo — a nie podľa toho, čo by mi to mohlo spraviť alebo dať. Už ma nezaujímal, čo povie spoločnosť o mojom spôsobe života. Už ma nezaujímal, čo si o mne ľudia myslia, čo ku mne cítia a či vyzerám dobre alebo nie. Presvedčil som sa, že som niečím oveľa viac, než len mojím telom.

Výsledkom bolo, že ľudia v mojom okolí ma začali prijímať takého, aký som bol. Vyžarovali zo mňa pocity tepla a lásky a vďaka nim som si našiel veľa nových priateľov. Medzi ľuďmi som sa cítil tak príjemne, že som potreboval, aby ma obklopovali. Nepocíťoval som strach z odmietnutia alebo rozpakov. Boli to také triviálnosti, ktoré v širších súvislostiach nemali nijaký význam.

Zdalo sa mi, že bolesť — telesná i citová — je len stavom mysle. Po zážitku mi telesná bolesť pripadala ako čosi takmer zanedbateľné. Na rozdiel od väčšiny mojich priateľov som si uvedomoval svoju smrteľnosť. Po takom blízkom kontakte so smrťou som sa už nedokázal tak bláznivo zahrávať so svojím životom, ani so životom druhých, ako som to robil predtým. Tým, že som si uvedomil vlastnú smrteľnosť, naučil som sa aj smrť prijať a, hoci to znie čudne, v istom zmysle sa na ňu teším. Mnohých vecí som sa prestal báť. Namiesto toho ich prijímam také aké sú a usilujem sa ich v živote využiť. Rád skúšam nové veci, pretože chcem čo najviac využiť svoj život a nepremeškať ani jednu šancu.

Po tejto zásadnej zmene v mojej osobnosti veľa vecí, ktoré som si predtým cenil, stratilo pre mňa hodnotu. Peniaze a materiálne predmety nemali v mojich myšlienkach ani druhoradé miesto. Pokiaľ išlo o môj čas a hmotné veci, stal som sa veľkokorysý. Zapojil som sa do dobročinných skupín a pracoval som v niekoľkých výva-rovniach polievok. Najväčšia zmena, ktorú som na sebe spozoroval, bola strata záujmu o súťaže. Pred zážitkom boli súťaže mojou hnacou silou, potom sa mi zdali bláznivé a nedôležité. Šport ma ešte stále zaujímal, ale stratil som inštinkt zabijaka, vďaka ktorému som sa dostal na niekoľko univerzít.

Aj z tohto úryvku môžete vidieť, že v podstate v každej oblasti života sa Neev po zážitku stal pravým opakom toho, čím bol predtým. Keď ďalej stručne zhrniem niektoré špecifické zmeny, stačí zatiaľ poznamenať, že ho jeho zážitok takpovediac obrátil naruby, strhol z neho falošnú ochrannú masku a umožnil mu ukázať svetu svoju skutočnú a milú tvár. A keď to urobil, svet okolo neho reagoval na to rovnakým spôsobom.

Objavili sa aj ďalšie zmeny. Neev zistil, že získal schopnosť vracieť sa počas spánku do stavu mimo tohto sveta, kde mohol, v podstate ako pri generálke, konať skutky a testovať ich účinky skôr, ako ich naozaj vykonal vo fyzickom svete. Podobne ako iní ľudia po prekonaní stavu ohrozenia života, aj u neho sa zrejme zväčšil rozsah intuitívneho a psychického vnímania. Dokázal tak niekedy poznať alebo vnímať výsledok nejakej udalosti skôr, ako k nej vôbec došlo. Jeho najväčším darom ale bola zvýšená schopnosť vcítienia. Sám to komentuje takto:

Tieto inštinkty mi umožňujú vcítiť sa takmer do každého. Keď hovorím s ľuďmi, telesne i citovo vnímam čo práve prežívajú. Je to, akoby som sa na chvíľu stal nimi... Tento dar vnútorného pochopenia mi umožňuje pomôcť mnohým ľuďom s ich problémami, ale niekedy je ich toľko, že sa sám medzi nimi strácam.

Pri hodnotení celkového vplyvu zážitku na jeho život, Neev uzatvára:

Pozerám sa na to ako na... psychologický liečivý proces. Všetky tieto zmeny, ako aj množstvo drobných vecí, ktoré ani neviem opísať, mi prospeli. Cítim, že môj zážitok na prahu smrti bola tá najlepšia vec, ktorá sa mi mohla vôbec prihodiť... Vnímam túto skúsenosť ako najdôležitejšiu udalosť v mojom živote. Bez nej by som dnes nebol šťastný.

Keď uvažujeme nad zážitkom Neeva, je nadmieru jasné, že v jeho osobnosti, správaní i celkovom prístupe k životu vyvolal u neho životnú premenu a že ho naozaj „posunul k lepšiemu“. Možno by nebolo ani prehnané konštatovať, hoci aj len na základe jeho vlastného svedectva, že takto prozreteľne načasovaný zážitok mu skoro zachránil život tým, že ho takmer ukončil. Zdá sa, že práve vďaka nemu sa zmenilo smerovanie jeho života a jeho nadol klesajúca špirála opakovaných neúspechov v škole, sebahodnotenia a dokonca vandalizmu sa náhle zastavila a otočila nahor. Je samozrejme celkom možné, že keby nebola zasiahla v správnom čase táto príhoda, bol by možno našiel iný spôsob, ako sa dostať zo svojich problémov. Je to možné. Ako sme však videli, ani Neev nie je naklonený tejto myšlienke. Mal skôr pocit, akoby bol zážitok na prahu smrti úmyselne *pripravený*, aby ho zachránil pred pádom do bezodnej priepasti, do ktorej ho viedli životné okolnosti.

Nech už to je hocijako, našou úlohou nie je ani tak špekulovať nad možným významom Neevovho zážitku, ale skôr sa z neho poučiť a obohatiť naše vlastné životy. Aké poučenia sa teda dajú odvodiť z jeho premeny, ktoré by mohol v živote aplikovať hocikto iný? Ak budete v jeho rozprávaní hľadať takéto poznanie, objavíte spočiatku tieto hlavné myšlienky:

1. Všetko sa deje z určitého dôvodu.
2. Nájdite svoj vlastný zmysel v živote.
3. Nebuďte otrokmi času.
4. Vážte si veci také aké sú - nie za to, čo vám môžu dať.
5. Nedovoľte, aby vás ovládali myšlienky alebo očakávania druhých.
6. Nestarajte sa ani o to, čo si o vás druhí myslia.
7. Nezabúdajte, že nie ste vaším telom.

8. Nebojte sa — ani bolesti a určite nie smrti.
9. Buďte životu otvorení a žite ho naplno.
10. V celkovej perspektíve nie sú peniaze ani hmotné veci nijako zvlášť dôležité.
12. To, čo sa v živote cení, je pomoc druhým.
13. Netrápte sa súťažiením — jednoducho sa tešte z predstavenia.

Podobne, ako to bolo v prípade zhrnutia Craigovho zážitku, mnohé z týchto výrokov patria do okruhu známych a samozrejmych pravd. Skôr ako ich odmietneme, ako otrepané frázy, pozrime sa na ne z iného uhla: *Co by sa stalo, keby ste podľa nich naozaj dokázali aj žiť? Akým človekom by ste sa stali?*

Moja odpoveď je, že by ste boli skutočne slobodným človekom. Navždy by ste sa oslobodili od tyranie názorov druhých, od pochybností nad sebou samým, od strachu zo života aj smrti ako aj od nadvlády času. Namiesto toho by ste sa mohli voľne tešiť zo života takého, aký je a naši by ste naplnenie a radosť v pomoci druhým.

V konečnom dôsledku, práve toto je darom, ktorý dostáva človek po blízkom stretnutí so smrťou. Aby ho však naplno rozvinul, musí obyčajne vynaložiť aj isté úsilie. Rovnakým spôsobom sa odvdŕačí zážitok na prahu smrti každému, kto si dá tú námahu, aby prijal do svojho vnútra jeho poučenia a aplikoval ich vo vlastnom živote. Nezabúdajte, že Neevov zážitok je aj vašim, ak sa s ním stotožníte. Ak to spravíte, a prijmete ho hlboko do svojho srdca, to čo sa stalo jemu, malo by sa začať objavovať aj u vás. Budete musieť spraviť krok k vášmu vlastnému oslobodeniu a objaveniu svojho pravého ja.

Na rozdiel od Craiga, s ktorým som stratil kontakt, s Neevom som ostal v spojení a strávil som s ním veľa času. Okamžite po nástupe do môjho kurzu sa zapísal aj do špeciálneho seminára pre pokročilých študentov a vypracoval projekt zameraný na určenie vplyvu vypočutých zážitkov na prahu smrti na študentov, ktorí tieto zážitky študovali. Neev poskytol veľa rozhovorov na túto tému, pričom samozrejme opísal vlastný príbeh rôznym skupinám študentov a výsledok prezentácie hodnotil zostaveným dotazníkom. Počas semestra som mal

mnoho príležitostí vidieť Neeva v interakcii so spolužiakmi, boli sme spolu na konferenciách a hovoril som s ním o jeho prehľade života počas zážitku aj neformálne na konci semestra. Na základe môjho pozorovania Neeva v tomto kontexte, môžem určite potvrdiť skutočnosť, že je naozaj takým človekom, za akého sa vyhlasuje. Môžem konštatovať, že je neochvejne optimistický, dokonca aj keď je vystavený stresu, je veľkorysý, múdry a pritom skromný a okrem toho oplýva ne-falšovaným zmyslom pre humor. Keď som sa s ním naposledy na konci semestra rozprával, chystal sa do Izraela, kde chcel pracovať ako poradca pre mládež cestujúcu po tejto krajine - pričom dúfal, že práca bude tvoriť veľkú časť jeho života po ukončení štúdia na univerzite.

Moja najpôsobivejšia spomienka na Neeva je spojená s jeho prezentáciou, o ktorú som ho požiadal pri otvorení nového kurzu — toho istého, ktorý on sám absolvoval v predošlom semestri. Vystúpil spolu s ďalšími dvomi externými rečníkmi a ako posledný hovoril o sebe svojim spolužiakom. Jeho rozprávanie bolo výstižné, plné humoru — celá trieda vybuchovala často smiechom, keď opisoval svoj výzor po zranení — a fascinuj úco. Keď skončil, mnohí študenti, muži i ženy, prišli k nemu, objali ho a zhromaždili sa okolo neho aj mnohí ostatní. Niektorí nezatajili slzy. Neev sa mi neskôr priznal, že takéto zdieľanie zážitku na prahu smrti s inými je možno dokonca lepšie ako samotný zážitok. Z môjho pohľadu to bolo vyvrcholenie semestra v tejto študijnej skupine.

Laurelynn

V ten istý deň, kedy sa o zážitok s mojimi študentmi podelil Neev, prišla k nám z neďalekého mesta rozpovedať svoj príbeh ďalšia osoba, ktorú som nikdy predtým nestretil. Volala sa Laurelynn Glass Martinova a ukázalo sa, že ide o vysokú, štíhlu brunetku s jemnými a príjemnými spôsobmi, ktorá ľahko nadviazala kontakt s mojimi študentmi. Teraz má už vyše tridsať rokov a začala vo svojom rozprávaní od jesene 1982, keď študovala v poslednom ročníku na vysokej škole. Získala stipendium na štúdium tenisu a chystala sa na jarný celoštátny te-

nisový turnaj vysokých škôl, po ktorom mala v lete vstúpiť do sveta profesionálneho tenisu. Jednoduchý chirurgický zákrok, ktorému sa podrobila 9. decembra toho roku, sa však nepodaril a všetko sa zmenilo.

Išla do nemocnice, kde jej mali vykonať bežnú dvadsať minútovú laparoskopiu. Ako sa neskôr dozvedela, jej lekár urobil počiatočný vpich neprimeranou silou, prepichol jej pritom brušnú aortu, pravú strednú tepnu, brušnú žilu, črevo na dvoch miestach a nakoniec zasiahol ešte aj chrbticu. V dôsledku toho stratila Laurelynn takmer 60 percent krvi, pulz jej klesol na kritickú hodnotu a nechýbalo veľa, aby zomrela. Ešte predtým ako zasiahol ďalší lekár, aby ju zachránil pred smrťou a vykonal záchrannú laparotómiu, vstúpila do svojho zážitku na prahu smrti, ktorý sa nám chystala opísať. O bezprostrednom ohrození jej života však nebolo žiadnych pochybností. Po piatich hodinách rekonštrukčnej operácie ju v kritickom stave previezli na jednotku intenzívnej starostlivosti. Ako sama spomenula, lekár, ktorý ju zachránil jej neskôr povedal: „Vyrval som vás z pazúrov smrti - vaša šanca na život nestála za nič.“

Prí opise jej zážitku budem vychádzať z písomnej správy, ktorú mi v skutočnosti poskytla už skôr¹. Rovnako ako v nej, tak aj pred mojimi študentmi uviedla, že sa bez akéhokoľvek varovania zrazu vznášala, trochu vpravo, nad svojím fyzickým telom a bez záujmu sledovala úsilie celého tímu lekárov, ktorý sa ho snažil oživiť. Keď budete sledovať jej príbeh, pokúste si ho zasa predstaviť a vcítiť sa do neho tak, akoby sa stal vám.

Operačný tím pracoval s horúčkovitým nasadením. Všetko bolo červené od krvi. Ostriekala im plášte i podlahu a v široko otvorenej brušnej dutine sa vytvorila kaluž svetlo červenej tečúcej krvi. Nechápala som, čo sa tam dole deje. V tej chvíli mi ani nedošlo, že to telo, s ktorým sa trápia, je moje. Bolo mi to vlastne jedno. Cítila som sa voľná a v absolútnej pohode. Chcela som iba zavolať na tých zúfalých ľudí dole: „Haló, som v poriadku. Tu hore je to skvelé. Boli však také sústredení, že sa mi nezdalo vhodné prerušovať ich úsilie.

Potom som odišla do inej oblasti, kde vládol absolútny a totálny pokoj. Nebola tam žiadna bolesť, ale pociť pohody v tep-

lom, tmavom a hebkom priestore. Obklopila ma absolútna blaženosť v atmosfére bezpodmienečnej lásky a prijatia. Tá temnota bola nádherná a rozprestierala sa azda do nekonečna. Ten pocit absolútneho pokoja zosilnel a prekonal všetky ekstatické pocity, aké si vieme tu na zemi predstaviť. V dial'ke som zazrela horizont žiariaci bielo-žltým svetlom. Veľmi ťažko sa mi opisuje kde som bola, pretože slová, ktorými tu bežne hovoríme, nie sú jednoducho dost' výstižné.

Obdivovala som krásu toho svetla, ale nedostala som sa k nemu bližšie, pretože som pocítila, ako sa zhora, z pravej strany, ktosi ku mne približuje. Cítila som sa ešte pokojnejšia a šťastnejšia, obzvlášť keď som zistila, že je to môj tridsaťročný švagor, ktorý zomrel pred siedmimi mesiacmi. Hoci som ho nevidela očami ani nepočula sluchom, inštinktívne som vedela, že je to on. Nemal nijakú telesnú formu, ale bola to jednoducho iba jeho prítomnosť. Cítila som, počula a videla jeho úsmev, smiech a zmysel pre humor. Bolo to, akoby som prišla domov, kde ma zrazu víta môj švagor. Okamžite mi napadlo, aká som rada, že som s ním teraz, pretože môžem napraviť to, čo som už nestihla spraviť pred jeho smrťou. Mala som totiž výčitky svedomia, že som si nikdy nenašla čas, aby som sa s ním od srdca porozprávala, keď ma o to žiadal. Necítila som teraz od neho žiadne výčitky, ale iba bezvýhradné prijatie a lásku za všetko, čo som vykonala.

Uvažovanie nad jej vzťahom k švagrovi priviedlo zrejme Laurelynn späť do jej minulého života a skôr, než si to plne uvedomila, začali sa pred ňou vynárať udalosti z detstva. Videla ich všetky naraz a predsa boli v chronologickom poradí. Uvádza dve konkrétne príhody. V jednej:

Doberala som si jedno malé dievčatko v mojom veku (asi päťročné), až sa rozplakalo. Teraz som sa ocitla zrazu v situácii, v ktorej som cítila to, čo cítilo vtedy to dievčatko. Jej frustrácia, slzy a pocity odlúčenosti boli teraz mojimi pocitmi. Premkol ma úžasný príval súcitu s týmto dieťaťom. To dieťa, ktorým som bola v skutočnosti ja, potrebovalo lásku, opateru a odpúšťanie. Vtedy som si neuvedomovala, že keď ubližujem iným, v skutočnosti ubližujem sebe.

V druhej príhode prežila Laurelynn toto:

Zosmiešnila som chlapca v mojom veku (dvanásť rokov), ktorý mi napísal zaľúbený list. Teraz som zasa cítila jeho bolesť z odmietnutia, ktorá sa stala mojou bolesťou a zároveň som cítila obrovskú lásku k nemu ako aj k sebe. O niekoľko rokov zomrel na náhlu mozgovú mŕtvicu. Tieto príhody som považovala za bezvýznamné a zabudla som na ne, až kým som ich znovu objektívne a s láskou neprežila. Teraz si uvedomujem akí dôležití v živote boli ľudia, aké dôležité bolo akceptovať a predovšetkým milovať ich. Na tieto skúsenosti som nebola pyšná, ale boli súčasťou môjho obrazu a ja som ich akceptovala.

Vynárali sa mi ďalšie myšlienky a pamätám sa, ako som si pomyslela: „Aha, teraz to chápem. Všetko v našom živote dostáva konečne zmysel. "Nakoniec som sa začala spytovať švagra (nie slova-mi, ale skôr akýmsi prenosom myšlienok), čo sa to vlastne deje a či tu môžem ostať. Odpovedal mi, že ešte nenastal môj čas, došlo len k nejakej chybe a teraz sa musím vrátiť. Pomyslela som si: „Dobre, pôjdem späť, ale už viem ako sa tu môžem zasa dostať. " V tom okamihu sa jeho myšlienky stali mojimi a oznámili mi: „Nemôžeš si vziať život sama². To nie je žiadna odpoveď, nič sa tým nevyrieši. Musíš splniť poslanie svojho života. "Pochopila som, ale pamätám sa ako som si pomyslela, že sa nechcem vrátiť a on mi myšlienkou oznámil. „To je v poriadku, my nikam nejdeme. Budeme tu pre teba stále." Jeho posledná myšlienka pre mňa bola: „Povedz svojej sestre, že som v poriadku. "

Pri týchto mojich posledných myšlienkach som cítila ako sa vraciam a v okamihu som padla cez tmú dole. Necítila som, žeby som mala nejakú možnosť voľby. Necítila som strach, skôr pokoj. Potom som prudko dopadla do svojho tela... V tej chvíli som pocítila tú najneuveriteľnejšiu páľčivú bolesť v bruchu, prenikajúcu až k chrbtici... Nemohla som uveriť, že som sa vrátila do takého pekelného prostredia, ale zaplavila ma zasa krása môjho zážitku a prenikol ma zasa ten najvznešenejší pokoj a ticho, aké som si mohla za týchto okolností priať.

Laurelynn sa vrátila, ale ako sama naznačila, jej ťažké telesné trápenie ani zďaleka ešte neskončilo. Vytvorila sa jej krvná

zrazenina, ktorú museli odstrániť ďalšou operáciou a niekoľko dní jej život visel na vlásku. Prežila to a udalosti týchto dní si zapísala do denníka. Hovorí o nich:

Prestala som hovoriť o svojom zážitku, pretože som nikomu nedôverovala. Prvé reakcie od mojich blízkych boli: „Bud' ticho, nechceme, aby si o tom hovorila. Chceme len, aby si sa z toho dostala.“ Ošetrovatelia a lekári ma odbili slovami: „Ste predávkovaná liekmi. Každé dve — tri hodiny dostávate injekcie morfia.“

Keď si o niekoľko rokov zapisovala tieto spomienky, poznamenala:

Keby som len bola vedela, že proces liečenia môžem ul'ahčiť, ak budem o zážitku rozprávať a otvorene sa k nemu priznám. Bolo toho ešte veľa, čo som sa mala naučiť, pretože d'alších sedem rokov som strávila pri rehabilitáciách, diagnostických testoch a rekonštrukčných operáciách.

Napriek negatívnym reakciám zo strany rodiny ako aj ošetrojúceho personálu, Laurelynn na svoj zážitok nezanevrela. Ako väčšina ostatných aj ona je vďačná za túto skúsenosť a jej úvahy o tom, čo sa na základe zážitku dozvedela, čím sa uzatvára jej príbeh, sú ozvenou toho, čo sme počuli v prípade Craiga a Neeva.

Po zážitku na prahu smrti nastala zmena hodnôt. Cítila som, že materializmus a všetko to okolo mňa, na čo som sa predtým sústreďovala, nemalo zrazu žiadnu cenu. Moje životné priority sa otočili o stoosemdesiat stupňov. Cítila som, že môj život má určitý zmysel, ktorý sa skrýval i v tých najmenších detailoch, keď išlo o to, aby som bola spontánne a bez zábran milá k iným, milovala ich hlbšie, neodsudzovala, ale prijímala nielen ich lež aj samú seba. Veľmi jasne mi bolo naznačené aké dôležité je nikdy neprestať v túžbe po poznaní. Už sa viac smrti nebojím a v podstate ju privítam, keď príde jej čas — rozhodnúť však o tom môže iba univerzálna, najvyššia sila. Dovtedy sa však budem tešiť z každého dňa, akoby bol posledným v mojom živote a každú chvíľu sa usilujem prežívať s väčším sústredením. Teraz, keď som už svoj zaži-

tok dokonale prijala a učím sa s ním žiť, vidím, cítim a prežívam úžasné zmeny. Konečne sa cítim oveľa zdravšie: po stránke telesnej, duševnej, citovej i duchovnej. Neberiem už žiadne lieky, čo je nepredstaviteľný pokrok, keď si spomeniem, že som brala niekedy až tridsaťšesť tabletiiek denne. Milujem život a táto moja láska pramení z pocitu čistej radosti a vzácnosti každého nového dňa. "Viem, že moje uzdravovanie je určitý proces a vychádza z môjho vnútra. Cítim, že som dostala druhú šancu v živote a čím viac sa rozdávam, tým viac vnímam pokoj a moje prepojenie s vesmírom.

K opisu zážitku pridala Laurelynn na záver krátke zhrnutie jeho hlavných dôsledkov. Keď som si ho prvýkrát prečítal, musel som sa usmiať, pretože mi pripadal ako klasický prípad následných efektov zážitku na prahu smrti. Tak napríklad počas mojich výskumov a počas písania kníh *Heading Toward Omega* a *The Omega Project* som našiel nezvratné dôkazy pre všetky zmeny, ktoré uvádzala aj Laurelynn. Keď sme však po jej prezentácii zašli v ten deň spolu na obed, čakalo ma prekvapenie. Laurelynn, ktorú mi odporúčal jeden kolega, sa mi s istými rozpakmi priznala, že nikdy nečítala ani jednu z mojich kníh! Ťažko som ju teda mohol obviníť, že mi chce predložiť nejakú oprášenú verziu mojich vlastných výsledkov, aby mi trochu polichotila (také niečo mi ani na chvíľu nenapadlo).

Rád by som sa teraz podelil s vami o súhrn životných poučení, ktoré jej priniesol samotný zážitok ako aj jeho dopad na jej život. Po jeho prečítaní budete mať predstavu o tom, čo je pravdou pre mnohých ľudí s touto skúsenosťou. Je to naozaj azda najlepší a najvýstižnejší psychologický portrét človeka po zážitku na prahu smrti, s akým som sa vôbec stretol.

Väčšia láska ku všetkým ľuďom a všetkým veciam
 Zvýšená vnímavosť
 Elektromagnetické zmeny
 Zvýšené psychické schopnosti
 Vnímanie energií - aury, čakry
 Strata strachu zo smrti
 Menší strach z mnohých iných vecí
 Menej starostí — odovzdanie sa Božiemu plánu

Viera v reinkarnáciu

Vegetariánstvo

Prehodnotenie základných vzťahov — rozvod

Zmena povolania

Menej náboženstva a viac duchovnosti

Život v každom dni akoby bol posledný

Život v každej chvíli s plným vedomím

Zvýšený záujem o našu planétu - matku Zem

Prehĺbená úcta k prírode a prostrediu

Poznanie, že najväčším darom je milovať seba a ostatných

Postoj k celému ľudstvu a všetkému tvorstvu bez predpojatosti a s bezvýhradným prijímaním

Menej materializmu — vnímanie „veľkého obrazu“ života

Poznanie, že náš život má vyššie poslanie

Pochopenie, že problémy, ktorým čelíme sú jednoducho lekcie, ktorými sa tu, v tejto škole na Zemi, učíme

Poznanie, že je treba sledovať vlastnú pravdu a podriaďovať sa zákonitostiam vesmíru

Stretnutie a rozhovor s Laurelynn boli už samo osebe duchovným zážitkom. Ako aj iní takíto ľudia, ktorých poznám, bezprostredne hovorí o tom, ako žije a čím je. Azda aj bez toho, aby ste sa s ňou priamo stretli, slovami vás infikovala niečím zo svojej podstaty. V každom prípade, dúfam, že uvažovanie nad jej príbehom a poučeniami, ktoré cezeň presvitajú, vám v živote prinesie dobro. Bude dobre, ak s ňou ešte chvíľku pobudnete, kým prejdeme k ďalšiemu príbehu.

Pokiaľ ide o Laurelynn, už som sa s ňou nestretol, hoci sme udržiavali kontakt listami a občas sme si zavolali. Znova sa šťastne vydala a až donedávna, keď musela pre tehotnosť odísť z práce (jej otehotnenie, ako mi povedala, bolo samo o sebe zázrakom), pracovala ako fyzikálny terapeut. Prišla raz spolu s manželom na návštevu našej univerzity a keď som sa s ňou lúčil, mal som veľmi silný pocit, že je pevne odhodlaná žiť život v súlade s duchovnými princípmi a poznaním, ktoré zahliadla počas svojho zážitku. Aj keď od neho uplynulo už vyše desať rokov, v ten deň, keď sme sa stretli, celkom zreteľne som vnímal jej život vo Svetle.

Pri čítaní týchto príbehov, ktoré som zatiaľ podal, vás môže zvädzať domnienka, že už samotná krása zážitku na prahu smrti je neodvratným a trvalým požehnaním do jeho ďalšieho života. Ak je tomu naozaj tak, musím vás vyvieŕ z tejto idealizovanej, i keď pochopiteľnej, predstavy. Mnohí, a dovoľm si povedať, väčšina ľudí po tomto zážitku prežíva ťažké obdobie, kým sa so zážitkom vyrovná. Proces integrácie takého zážitku do ich života môže trvať dlho — a v niektorých prípadoch, celkom určite, k tomu vôbec nedôjde. Dochádza k napätiu v dlhodobých vzťahoch až do bodu rozchodu, stroskotávajú manželstvá, bežné sú nedorozumenia a nie sú zriedkavé obdobia bolestného sebazpozorovania a dokonca depresie. Zážitok na prahu smrti, ako sme videli, má tendenciu obrátiť život človeka naruby. Radikálna zmena v orientácii a osobná odvaha realizovať pravdy odhalené počas zážitku, to všetko môže byť naozaj ťažká úloha pre dotýčného človeka, jeho rodinu a priateľov.

Sally

Ďalší príbeh sa stal žene Sally. Pred niekoľkými rokmi mi zatelefonovala do práce s nádejou, že sa bude môcť s niekým porozprávať o svojich problémoch po zážitku na prahu smrti. Ten sa stal v roku 1977. Sally, ktorá žije v malom mestečku Colorado, sa mi v ten deň zdôverila s niektorými problémami, zvlášť vo vzťahu k jej rodine. Ako to však osud chcel, onedlho som sa počas dovolenky v Colorade mohol s ňou stretnúť osobne. Strávil som s ňou vtedy značnú časť dňa v jej dome a zoznámil som sa aj s niekoľkými jej deťmi. Ostali sme odvtedy priatelia a počas tých rokov som od nej dostal veľa listov. Často mi v nich úprimne písala o tom, aké ťažkosti spôsobil jej zážitok rodine i jej samotnej.

Aby ste mali o nej určitú predstavu, musím vám povedať, že má teraz štyridsaťsedem rokov a pochádza z Mexika. Je katolíčkou, má stredoškolské vzdelania a vydala sa mladá. S manželom majú štyri deti vo veku od sedemnášť do dvadsaťštyri rokov a má s nimi veľmi blízky vzťah. Nedávno ochorela a stratila zamestnanie, predtým však väčšinou pracovala v rôznych agen-

túrach sociálnych služieb a vykonala veľa práce aj ako dobrovoľníčka. Po stránke telesnej je Sally nízkej postavy, má miernu nadváhu a tmavé, hlboko súcitné oči. Keď som ju prvýkrát videl, mal som dojem, že je to veľmi milujúca, i keď trochu ustarostená žena a jej listy moje presvedčenie určite posilnili.

K jej zážitku došlo v dôsledku silného krvácania desať dní po narodení jej najmladšieho dieťaťa. Zbehlí sa príbuzní a zavolať sanitku. Len čo ju do nej naložili, cestou do nemocnice, podobne ako Neev, ocitla sa kdesi inde.

Viete čo? (Písala mi v liste). Počas jazdy do nemocnice som mala pocit, že som nad sanitkou. Cítila som, že sa vznášam nad ňou, hoci moje telo bolo v nej. Keď sme tam došli, trvalo istý čas, kým... ma vzali do pohotovostnej ambulancie. Cítila som, že o chvíľu zomriem, ale nespomínam si, žeby som sa bola bála.

Lekár sa snažil krvácanie zastaviť, ale nepodarilo sa mu to a ukázalo sa, že bude nevyhnutná operácia. Sally si pamätá, že vnímala okolo seba množstvo lekárov, ale:

cítila som sa tak dobre. Necítila som nijakú bolesť... Predtým, ako mi podali anestetikum, lekár povedal: „Tak ideme na to a verím, že vyjdete z toho v poriadku, ale to krvácanie je veľmi nebezpečné.“ Môj prípad bol označený ako vysoké riziko. (Mám kópie všetkých lekárskech záznamov, ktoré potvrdzujú základné detaily jej stavu. Neuvádžajú, samozrejme, slová, ktoré jej povedal lekár osobne). Nevenovala som tomu vôbec pozornosť, pretože som sa cítila skvele.

To, čo si pamätám ako posledné, bol asistent môjho lekára, ako stál pri mojej posteli a potom som moje telo opustila. Videla som ho ležať dole na posteli. Nevieť ako dlho som nad telom ostala, ale zrazu som sa ocitla v tom najnádhernejšom Zlatom Svetle a ostala som v ňom. Cítila som sa tak úžasne milovaná, pokojná a šťastná. Nemôžem to slovami vyjadriť, aké to tam bolo. To Zlaté Svetlo bolo všade okolo mňa i vo mne. Bola som v Zlatom Svetle a nebolo nič, čo by nás bolo oddeľovalo. Nemyslela som na nikoho a na nič. Stačilo mi byť tam a nič iné som nepotrebovala. V tom obrovskom množstve lásky som cítila jej veľkú silu a vní-

mala jej krásu. Cítila som lásku, súcť, pochopenie, poznanie. Tam je môj pravý domov a tu je môj pozemský domov.

Potom som zbadala krásne kvety a kráčala som po krásnom chodníku. Po mojej pravej strane šiel so mnou ktosi oblečený v hne-dom šate. Vystupovali sme na nejakú horu — všade naokolo boli krásne kvety aké som predtým nikdy nevidela.

Neviem ako dlho som bola v tom Zlatom Svetle, ale zrazu som zbadala, že sa vraciam do svojho tela... a potom som otvorila oči a sestra mi povedala, že mali o mňa strach. Bola som taká na-štvaná, že som ju chcela udrieť! Bola som jedna nahnevaná Me-xičanka! Chcela som byť sama.

Sally ďalej hovorí, že sa necítila uprostred rodiny dobre, keď na ňu všelijako naliehali a prosila ich, aby ju nechali samú, pretože im nemá čo povedať. Aj po prepustení z nemocnice sa cítila akási narušená a „iná“. Sama vysvetľuje:

Cítila som sa akási rozdvojená, nahnevaná, deprimovaná a nechcela som byť tu. Chcela som to krásne Svetlo, ale deti chceli mňa. (Aj po pol roku) som sa stále cítila iná, cudzia, čudná, deprimovaná a plakala som... Mala som veľa roboty a nemala som sa s kým podeliť o zážitok a nevedela som, čo som to vlastne zažila. Spomenula som to raz manželovi, ale nezaujímal ho to... Chcela som to povedať ošetrovateľkám, lekárom a tak ďalej, ale vždy ma odbili, že to bol sen, halucinácia, lieky a tak ďalej a tak som si povedala, žeby som mala na to jednoducho zabudnúť. To sa však ne-dá a ani by som to nechcela.

Našťastie, Sally sa nakoniec dozvedela o zážitkoch na prahu smrti, prečítala niekoľko kníh a potom mi zatelefonovala. Po čase sa stretla s mnohými ľuďmi vo vlastnej komunite, ktorí sa k nej správali vnímavo a s pochopením a pomohli jej zbaviť sa pocitu izolovanosti. Bolo pre ňu veľmi dôležité, aby našla človeka, ktorý by ocenil to, čo zažila ako aj to, čo prežívala neskôr, keď sa vyrovnávala s následkami svojho zážitku. Jej život sa po zážitku nestal ľahším a pretože sa nedočkala významnejšej podpory od manžela, často uvažovala nad rozvodom. Nestalo sa tak vďaka deťom.

V mnohých listoch však Sally často vyjadrovala tú najhlbšiu vďačnosť svojmu zážitku. Stále živé spomienky jej prinášajú životnú útechu a nemôže zabudnúť ani na lekcie lásky a súcitu, ktoré sa jej dostali. V jednom z jej listov sa mi na príklad zdôverila:

Snažím sa tu na Zemi čo najviac, ale viem, kde je môj pravý domov a ako sa v ňom človek cíti. Pamätám si to, akoby to bolo dnes. Šla som priamo do toho Najnádhernejšieho Zlatého Svetla. Do Skutočnej, Pravej Lásky. Toľko mieru, bezpečia a pokoja. Nemyslela som na nič a o nič som sa nestarala. Nádherné Zlaté Svetlo ma obklopovalo, prenikalo cezo mňa a ja som dakovala Bohu za teplo tohto Zvláštného Zlatého Svetla. Tak silno som ho po celý ten čas v sebe cítila... Stále ešte cítim to svetlo, v sebe i všade okolo mňa. Ken, nebojím sa už ani smrti. Cítim, žeby som chcela urobiť toho toľko pre rodinu, pre ostatných, pre seba. A budem robiť s Božou pomocou všetko, čo je čestné a spravodlivé.

Aj zo zážitku Sally sa môžeme samozrejme poučiť. Chcem však zdôrazniť, že jej skúsenosť je iná a určite nepríjemnejšia ako tomu bolo v predošlých prípadoch. Väčšina ľudí, ktorí počujú alebo čítajú o zážitkoch na prahu smrti, pociťujú určitú závisť a radi by prežili niečo podobné (pravda, bez toho, aby pre túto výsadu museli vystaviť riziku vlastný život). Keby sa však naozaj dostali do tela a duše takéhoto človeka, čoskoro by si uvedomili, že zážitok je často zložitým požehnaním a môže vyžiadať vysokú cenu v podobe utrpenia, ktoré si užila aj Sally.

Hovorím o tom a chcem to naozaj zdôrazniť preto, aby som vás upozornil na to, že do akej miery začnete prejavovať tieto zmeny vo vašom vlastnom živote a do akej miery sa budete snažiť žiť podľa poznania a hodnôt obsiahnutých v zážitku na prahu smrti, do rovnakej miery môžete očakávať aj ťažkosti a neočakávané problémy. Neočakávajte napríklad, že vaša rodina a priatelia celkom samozrejme schvália a pochopia vaše nové správanie a postoje. Ani na chvíľu nepredpokladajte, že nezažijete vnútorný konflikt a dokonca značný stupeň citového zmätku akonáhle sa začnú tieto zmeny vo vás natrvalo preša-

dzovať. Každá zmena ja ťažká a zmena bez významnej spoločenskej podpory je ešte ťažšia. Ak však chcete mať zo zážitku na prahu smrti prospech, budete sa musieť oň usilovať a prekonať odpor, s ktorým sa stretnete. Spoločnosť v podstate a navonok schvaľuje ideály, ktoré sú odkazom takéhoto zážitku, v praxi ich však často potláča. Už aj krátke zamyslenie nad vplyvom zážitku na prahu smrti na naše správanie stačí, aby sa väčšina ľudí presvedčila o jeho podvratnom charaktere v tom zmysle, že podkopáva hrubšie formy Amerického Sna. Ak budete plávať v ptúde zážitkov na prahu smrti dlhšiu dobu, pocítite silné pôsobenie v protismere. Buďte na to pripravení a v prípade potreby hľadajte útočisko. Možno podobne ako Sally, aj vy zistíte, že si musíte aj nájsť nových priateľov.

Steve

Ďalšou osobou, ktorá prežila veľa zmätku a vnútorných konfliktov po zážitku je môj priateľ Steve. Je to jediný z tých, ktorých vám predstavujem v prvej kapitole, koho som osobne ešte nestretol (hoci plánujeme skoré stretnutie) ale akosi cítim, že ho poznám veľmi dobre. Dovolím si to tvrdiť vďaka mnohým listom a elektronickým správam, ktoré mi v minulom roku poslal a tiež na základe dlhých telefonických rozhovorov. Odhadujem, že od nášho prvého kontaktu v októbri 1993, som od neho dostal vyše 300 strán písaného textu. Výsledkom je hrozba, že môj súbor údajov o ňom bude potrebovať samostatnú zásuvku! Je to nepochybne jeden z najpozoruhodnejších, najchápavejších a najduchovnejších ľudí, ktorých som počas takmer dvadsaťročného výskumu stretol. Je to človek, ktorý v živote veľa trpel a ešte stále trpí pre to, čo sa dozvedel počas zážitku, ale z aj iných podobných skúseností.

Steve žije v južnej Kalifornii, má štyridsaťtri rokov, je ženatý a má tri deti. Pracuje ako softvérový technik. Nedokončil potrebné vzdelanie, ale je niečo ako samouk.

Keď mi napísal prvý list, chcel sa zbaviť určitých konfliktov, ktoré zažíval v snahe zmieriť to, čo sa dozvedel počas zážitku so svetom každodenného života. Začal však tým, že mi napísal niečo o zážitku a ako ho *to* zmenilo.

V jeho prípade nie je celkom jasné, či sa naozaj ocitol v ohrození života. K jeho zážitku došlo pri menšom chirurgickom zákroku, ktorý trval oveľa dlhšie ako sa predpokladalo a až potom sa dozvedel, že chirurg mal počas operácie „určité problémy“. Ako už ale vieme a potvrdilo sa, človek sa nemusí dostať do blízkeho kontaktu so smrťou, aby prežil zážitok na prahu smrti; existuje veľa stresových, ale nie život ohrozujúcich situácií, ktoré môžu takýto alebo podobný zážitok spustiť. V konečnom dôsledku je to samozrejme samotný zážitok, o ktorý tu ide a nie je dôležité aké okolnosti ho vyvolali.

Roku 1975, keď mal Steve dvadsaťštyri rokov, podstúpil operáciu ústnej dutiny, pri ktorej sa mali odstrániť niektoré nesprávne rastúce zuby múdrosti. Pred zákrokom dostal do ľavého ramena injekciu sedatíva a neskôr ešte sodium pentothal. Zdalo sa, že to nezaberá a chirurg mu potom v akomsi rozčúlení vstrekol štyri plné dávky. Keď operácia skončila asi po dvoch hodinách, Števa previezli do tmavej, pooperačnej izby bez okien a tu došlo k jeho zážitku.

Z operácie som sa prebral oslepený riekou bieleho svetla. Napadlo mi, že je to doznievanie účinku anestetika. Zdalo sa mi divné, že to svetlo prechádza mimo optického nervu a prechádza celým telom. Okamžite som sa zdvihol na nohy a pozrel na sestru, ktorá mi pomohla vstať.

Nebola to sestra. Bola odená do svetla, mimoriadne krásna a plná lásky. Bola to najkrajšia žena, akú som kedy videl a keď si na to pomyslím, chce sa mi plakať. Mala na sebe voľné biele satý, z ktorých vychádzalo svetlo... To svetlo okolo nej sa valilo do mňa a zdalo sa mi, že prúdi do všetkého... Svetlo, ktoré žiarilo z jej stredu malo akúsi slávnostnú krásu. To svetlo, spolu s jej zafarbením, pôsobilo na mňa neskutočne udivujúco. Cez črty jej tváre prenikalo toto vnútorné žiarenie. Doslova som cítil jej lásku a starostlivosť... Mal som dojem, že ma veľmi dobre pozná, ale nepovedala to.

Pozrel som sa späť, dolu na moje telo, ktoré ešte stále ležalo pod prikrývkou na lôžku, určenom na zotavenie. Čosi tu nesedelo.

Prv ako som si to stihol ujasniť, prerušila moje myšlienky a povedala: „Neboj sa, nie si mŕtvy. Si celkom pri živote. Pozri.“ Pozrel som sa a videl som do jeho vnútra. Videl som ako sa komory

srdca vyprázdňujú a naplňajú krvou. Videl som celý obehový systém a všetky životne dôležité látky ako si razia cestu celým mojim telom. Prestal som to sledovať, keď som sa presvedčil, že všetko je v poriadku.

Práve som začal rozmyšľať prečo je tu ona a čo sa deje s mojim telom, keď zasa prerušila moje myšlienky a povedala: „Dýchaš nepravidelne. Je tu istá obava, žeby sa tvoje dýchanie mohlo zastaviť. Som tu, aby som to stabilizovala a tento problém sa ďalej nekomplikoval. Si veľmi vzácny a nikto nechce vystavovať tvoj život riziku.“

Odviedla ma nabok a zasa som pozeral na svoje telo, ležiace na lôžku. Oddelovali nás dve steny. Za ňou bol závoj energie, ktorý oddeloval jej svet od môjho... Okamžite som pochopil, že nemôžem prejsť tam, kde je ona. „Je to jednosmerná cesta. Ak tade prejdeš, nemôžeš sa už vrátiť. Tvoj život skončí a ty nespraviš veci, ktoré spraviť potrebuješ.“ Videl som otvor, okolo tančili žiarivé úlomky svetla všetkých farieb. Objavovali sa a mizli. Vyzeralo to akoby sa v mieste kontaktu medzi dvomi svetmi, existujúcimi na rôznych energetických úrovniach, svetelná energia lámala a chvela.

Cítil som sa nádherne a nie príliš prekvapený — nebolo to prvý raz, čo som stretol niekoho ako ona. Jej svetlo bolo podpisom, ktorý ju identifikoval a ja som to svetlo už videl. Vidieť ju, znamenalo okamžite sa do nej zamilovať. Nechcel som už od nej nikdy odísť. Možno cítila, že za týchto okolností sa ťažko môže s ňou porovnávať moja manželka. Ukázala mi nejaké detaily o mojich deťoch (vtedy ešte neboli na svete) a ukázala mi obraz inej ženy, ešte krajšej a atraktívnejšej — obraz mojej manželky. Potom povedala, že je čas na návrat, že moje dýchanie sa stabilizovalo a môj nervový systém je schopný pracovať samostatne... Videl som, ako ustúpila z môjho zorného poľa a jej svetlo sa začalo odo mňa vzdaľovať. Videl som ho ešte tak dve alebo tri sekundy po prebudení, zatiaľ čo mi tvár držala v rukách manželka.

Nebolo to, čo Steve zažil, iba účinkom látky, ktorú dostal? Steve sám uvažoval nad touto možnosťou — a zamietol ju.

Eudia mi hovorili, že to bola halucinácia spôsobená liekmi. Dostal som sodium pentothal už predtým a nikdy som niečo také ne-

zažil. Prvýkrát to vlastne nebolo príjemné... (Po rokoch) keď som si prečítal správu Melvina Morseho o ľuďoch, ktorí sa zaujímali o zážitky na prahu smrti, ale neverili, že sami takýto zážitok prežili, narazil som na prípad veľmi podobný môjmu a začal som si uvedomovať, že to asi nebola halucinácia, ktorú mi navodili lieky.

Je známe, že halucinácie vyvolané liekmi nespôsobujú bežne dramatické zmeny v životoch ľudí a, ako sa o chvíľu dozvieme, účinky tohto a iných podobných zážitkov v živote Steva boli skutočne udivujúce. Ale prv ako sa pozrieme na tieto následné účinky, musím objasniť jednu vec, ktorá vás mohla zmiasť, keď ste čítali jeho príbeh. Na jednom mieste nám hovorí, že to svetlo, ktoré zazrel počas zážitku, mu bolo známe, že ho už videl. Kedy?

Pravda je taká, že pred piatimi rokmi mal Steve iný zážitok na prahu smrti, ku ktorému došlo v dôsledku ťažkej infekcie pečene. V tomto období života mal aj iné „svetelné zážitky“, ako ich nazýva, pričom tieto neboli spojené s ohrozením života. Ak sa teda pozrieme na posledný zážitok v kontexte jeho života, môžeme ho považovať za vyvrcholenie celej série transcendentálnych zážitkov. V každom prípade, oznamovali začiatok niekoľkých významných zmien v jeho živote a sú tiež zrejme spojené s rozvojom niektorých jeho zvláštnych náklonností.

Moja osobnosť sa po týchto zážitkoch zmenila a nedokázal som vychádzať s rodičmi ani s ostatnými členmi rodiny. Povedali, že som hipisák a bezcieľny nekonformista. Ľudia ma považovali za slabú osobnosť, ktorá nič nedosiahne.

Zrazu som pocítil ako málo toho viem. Začal som kupovať knihy. Zaplnil som celé zošity poznámkami z histórie rôznych národov, z archeológie a filozofie.

Zistil som, že si dokážem zapamätať a zahrať Bachove prelúdiá a fúgy po niekoľkých hodinách cvičenia, zatiaľ čo predtým som sa musel trápiť celé týždne, ak som sa chcel naučiť nejakú skladbu.

Po jeho zážitku na prahu smrti vo veku dvadsiatich štyroch rokov, ako hovorí, sa začali zrýchľovať mnohé zmeny, ktoré si

už všimol predtým a niektoré jeho konflikty a problémy mu začali prinášať viac bolesti.

(V tom case) som pracoval v rodinnom podniku. Otec bol veľmi súťaživý podnikateľ. Bol dôležitým mužom v cirkvi. Poznal Bibliu odpredu i odzadu. Bol vynikajúci rečník a v celých Štátoch bol uznávaný ako učiteľ v obchodnom podnikaní. Učil ma, že nikdy nebudem úspešný, ak v sebe nevyvolám intenzívnu, neuhasiteľnú túžbu po peniazoch a bohatstve. Naozaj som sa snažil, ale tú neuhasiteľnú túžbu po peniazoch som nikdy necítil. Dokázal som pracovať efektívne: vyhral som niekoľko predajných súťaží a neskôr som spravoval jeho podnik celkom dobre, takže som získal rešpekt klientov i konkurentov. Nikdy však neakceptovali moju „mäkkú“ osobnosť. „Dobrák“ to bolo to najmilšie slovo, ktorým ma častovali.

Neznášali môj zmenený uhol pohľadu. Každého z nich veľmi znepokojovala moja schopnosť vidieť budúcnosť, moja tendencia reagovať a odpovedať skôr na myšlienky a úmysly otcových spoločníkov namiesto na ich navonok uhladené prejavy. Musel som sa naučiť počúvať a myslieť na dvoch úrovniach — vnímať zdanlivú hodnotu a skutočné pocity. Ak som si nedal pozor, reagoval som na otázku odpoveďou na vnútorné myšlienky a motívy a nie na formálnu stránku. Úspech som dosiahol nekonformné a náhodou. Nikdy som sa neponáhľal a nikdy som nesúťažil. Menej veľkorysí ľudia mi hovorievali, že vlastne ani nie som muž.

Medzitým, kedykoľvek mal pokoj od požiadaviek podnikateľského života, vrhal sa Steve do seba vzdelávacích projektov, ktoré ho nakoniec mali oslobodiť z domáceho väzenia jeho rodinnej firmy.

Keď som mal dvadsaťšesť rokov, začal som kupovať knihy a učiť sa jazyky. Najprv francúzštinu a potom španielčinu. Po dvoch semestroch som začal čítať Dona Quichota a Voltairove filozofické spisy. Vrátil som sa potom do Portugalska (predtým žil v Brazílii). Vo veku dvadsaťosem rokov som študoval históriu a filozofiu. V dvadsiatich deviatich rokoch som začal exkurzie do fyziky častíc a elektroniky. Keď som mal tridsaťdva, začal som navrhovať osci-

látory a nízkosumové zosilňovače. Jeden z nich sa používa na istom orbitálnom satelite. Keď som mal tridsaťšesť, začal som navrhovať mikroprocesory. Teraz mám štyridsaťdva rokov. Ako profesionálny programátor napíšem za rok asi 40 000 riadkov v jazyku C.

Steve sa stále nevie nasýtiť čítania v rôznych oblastiach:

V minulom roku som si kúpil asi 150 kníh. Prebehol som väčšinu z nich. Boli to knihy z histórie, filozofie, iných náboženstiev, astronómie, fyziky a archeológie. Okrem majstrovských diel a klasiky už vôbec nečítam beletriu.

Steve je teraz veľmi úspešný v práci a zrejmy milovník kníh. Okrem toho má ešte čas aj na koníčky, ako je astronómia (má dva teleskopy) a fotografovanie (špecializuje sa na divoké vtáky — jeho fotografiu pelikána mám vo svojej pracovni - a kvety). Ako mnoho iných ľudí po zážitku na prahu smrti, aj on sa sťažuje na to, že je veľmi citlivý.

Nemôžem sa pozerat' na akčné televízne filmy. Zdá sa mi ob-scénne, ak sa bez výčitiek svedomia ukazuje zabíjanie. S mojimi dorastajúcimi deťmi sa stále škriepim o ich výbere televíznych programov. Televízny program s realisticky stvárnenu vraždou sa v našom dome označuje hodnotou „X“. Ak pozerajú násilný program, cítim to, čo vidia oni i keď som v druhej izbe a znepokojuje ma to. Myslia si, že som čudák. Nič ma netrápi viac, ako keď sa moja rodina háda.

Nemôžem zabudnúť na to, čo som videl. Na ničom inom vlast-ne nezáleží. Bolestné je pre mňa už aj to, keď jazdím po dialhici a vnímam pri tom niekedy zlosť ostatných vodičov.

Má tiež problémy s cirkvou.

Milujem Boha viac ako čokoľvek iné. Ale nemôžem takmer vôbec chodiť do kostola. Nevydržím sedieť do konca kázne... Je mi cudzia hanba a vina, o ktorej sa nám stále toľko káže. Diskusie o vine a hriechu sú pre mňa prázdne reči a nemám z toho dobrý pocit. Nezapadajú ani do jedného z mojich zážitkov... Pokúsil som

sa jemne a opatrne dotknúť týchto otázok pri rozhovore s miestnymi cirkevnými vedúcimi osobnosťami, ale neodpovedajú primerane. Tak som s tým prestal.

Ak môj život nie je aký by mal byť, trápi ma to a čo najskôr sa zmením. Ale všetky tie pravidlá a predpisy už nemajú pre mňa význam. Vôbec ma nedožívajú. Zákony sa mi zdajú ako príprava k čomusi lepšiemu. Viem, že existuje čosi viac.

Zatiaľ, hovorí Steve, nachádza istú útechu v literatúre, zvlášť v tej, v ktorej sa učí „skutočné náboženstvo“. Veľmi obdivuje dielo Antoina de Saint-Exupéryho, presláveného klasickou knihou *Malý princ*. V inej z jeho kníh *Terres des Hommes*, je iný príbeh, zrejme založený na vlastnej skúsenosti Saint-Exupéryho ako pilota a Steve o tom píše:

Jeho lietadlo sa zrútilo a už sedem dní kráčaľ s troškou vody a potom bez nej. Umieral od smädu a v bolestiach, keď ho jeden Beduín zdvihol z piesku a opatrne mu ponoril tvár do misky s vodou. Pozrel sa do zvráskavenej tváre tohto obyvateľa púšte a videl v nej všetkých svojich priateľov, všetkých svojich nepriateľov, celé ľudstvo a pocíť nekonečnú lásku. Potom, ako povedal, nedokázal už cíť nenávisť voči Arabom, Nemcom, Turkom či ostatným ľuďom. To jediné, čo nenávidel, bola zámerná nevšímavosť a bezcitnosť k pocitom iných ľudí.

Nie je ťažké pochopiť, prečo Steve tak mocne rezonuje so zjavením Saint-Exupéryho na púšti. Aj on sa predsa nachádza na duchovnej púšti, kde hľadá oázu porozumenia u niekoho z tých, ku ktorým je prirodzene pripútaný. Pre mňa je Steve realistický príklad muža, ktorý možno videl, zažil a absorboval príliš veľa zo Svetla, než aby sa mohol potom cíť v bežnom svete celkom spokojne. Trpí vďaka tomu, čo pozná a trpí aj za bolesť tých, ktorí ešte stále nepoznajú posolstvo Svetla. Zároveň sú ľudia, ako je Steve, jasným majákom pre ostatných, ktorých priťahuje ich poznanie a pre nich je nenahradiateľným učiteľom. Pre mňa je Steve svetelnou bytosťou, samou osebe, zdrojom osvietenia, ktorý vyučuje už samotným bytím a pomocou prostej reči svojho srdca.

V jednom z ďalších listov mi Steve napísal: „Neexistuje lepší výklad Biblie, ako životy, ktoré žijeme (a lepší pozorovatelia, ako naše deti).“ Sú to práve také aforistické klenoty, pre ktoré sa teším, že sa mi Steve zasa ozve. Bol aj jedným z mojich učiteľov a poučenia, ktoré nám dáva – dúfam, že budete so mnou súhlasiť – sú pravou esenciou zážitkov na prahu smrti.

Peggy

Ďalší a náš posledný posol zo Svetla je žena Peggy Holladayová, ktorá mi v roku 1989 napísala o jej zážitku. Poslala mi vtedy sedemnásťstranový dokument, popisujúci jej skúsenosť a poznanie, ktoré sa s takou silou vtlačilo do jej duše. Keby som tu mal viac priestoru, rád by som uviedol jej príbeh, pre jeho silu a hĺbku, v plnom rozsahu. Aby som vám však sprostredkoval podstatu jej zážitku, musím sa uspokojiť s niekoľkými úryvkami zo spomínaného a ešte jedného listu, ktorý mi poslala neskôr. Myslím, že to postačí, aby vám bolo zrejmé, že svoju cestu do Svetla podnikla v skutočnosti pre nás všetkých.

Keď som si jej list prečítal, odpovedal som jej a vyjadril moje hlboké ocenenie. O rok neskôr sme sa stretli na konferencii vo Washingtone. Ukázalo sa, že ide o tmavovlasú, atraktívnu ženu, ktorá mohla v tom čase mať asi 35 rokov. Bola vydatá, mala dve deti a radosťou jej života bol spev. Vystupovala v niekoľkých muzikáloch (neskôr mi poslala video nahrávku jedného jej vystúpenia v muzikáli *Snowboat* od Jeroma Kerna), a dozvedel som sa, že je aj talentovaná portrétistka a vynálezkyňa. Ak to zhrniem, je to žena očividne obdarená veľkou tvorivosťou a v osobnom správaní je pre ňu typické veľké nadšenie a vrúcnosť.

Na vianočné ráno, roku 1972, keď mala Peggy niečo vyše dvadsať rokov a žila v Dallase, stala sa účastníčkou vážnej dopravnej nehody, pri ktorej utrpela životu nebezpečnú komplikovanú zlomeninu lebky. Nepamätá sa, žeby mala zážitok vtedy (samotný termín „zážitok na prahu smrti“ vtedy ešte neexistoval), ale neskôr si spomenula, že vnímala záhadné obrazy, v ktorých videla jej telo ležať na zemi a neskôr pri nakladaní do sanitky. V každom prípade, bol tento jej zážitok

momentom obratu v jej živote a spôsobil radikálne zmeny v jej osobnosti, svetonázore a spoločenskom správaní.

Jednou zo zmien bolo, že ju posadla túžba vrátiť sa do školy a zapísať si také predmety, ako chémia a biológia, ktoré jej predtým nič nehovorili. Zistila pritom, že v nich priam exceluje. Učila sa úplne iným spôsobom a, pripomínajúc Steva, sama hovorí:

Bolo to, akoby som „videla“ veci s oveľa väčšou hĺbkou pochopenia. Nemusím ani hovoriť, že už tá neuveriteľná radosť z učenia bolo pre mňa čosi absolútne nové. Zdalo sa mi, že moja myseľ doslova hladuje, ak nemá nové a zaujímavé informácie. Nestíhala som to všetko vstrebávať.

Ďalšia zmena je priniesla iný štýl života a priateľských vzťahov. Predtým často chodila na rôzne večierky a spoločenské podujatia, bola čosi ako spoločenský klaun. Teraz si postupne začala uvedomovať, že také povrchné úlohy jej už nevyhovujú: „Po úraze hlavy som sa už nevedela napojiť na starý život. Bola som inou osobou a každý, kto ma poznal, začal to pozorovať.“

Začala mať nezvyčajné mystické zážitky, pri ktorých cítila „tú najhlbšiu radosť, akú som kedy poznala“ a vedome vnímala zážitky mimo tela. Bola vychovaná v Baptistickej cirkvi a cítila, žeby sa mala k svojmu náboženstvu vrátiť. Po niekoľkých mesiacoch však zistila, že už nedokáže bezvýhradne prijímať to, čo sama popisuje ako „tradičné kresťanské dogmy“. Ale azda najväčšiu zmenu, ktorá najviac otvorila jej dušu a zažila ju v tom čase, bolo prežívanie empatickej lásky. V tejto súvislosti uvádza nasledujúce ilustratívne príhody:

Pamätám si, že sa ma veľakrát zmocnilo silné nutkanie objat', s neodolateľným pocitom starostlivosti a záujmu, úplne neznámych ľudí. Nechápala som, odkiaľ sa vo mne berie tá empatia, ale vedela som, že je to krásny pocit, i keď som ich objat' nemohla... Niekoľkokrát, keď sa to stalo, dokázala som čítať ich myšlienky. Naozaj, čítala som čo mali na mysli a zároveň som k nim cítila obrovskú Líšku.

Najpozoruhodnejší zážitok po zranení som mala s dvomi študentmi, ktorých som stretla na hodine angličtiny. Hovorili sme spolu iba krátko pri niekoľkých príležitostiach o pridelených úlohách, ale pamätám si, že som k nim cítila akési zvláštne puto, takmer akoby to bol môj mladší brat a sestra, pretože boli vo veku osemnásť a dvadsaťdva rokov. Nebola som pripravená na ten pocit, ktorý ma v ten deň prenikol. Trval možno poldruhej alebo dve minúty, ale bola to LÁSKA tak neuveriteľne silná a nesmierne hlboká, že som tam stála v úžase a takmer v šoku, keď cezo mňa prechádzala. Nikdy som nevedela, že taká LÁSKA existuje. Rozprávala som sa s nimi, pozerala im do očí a milovala ich láskou, akej ľudské bytosti nie sú schopné (zatiaľ určite nie). Nielenže som vedela, čo si obaja myslia, ale, ak si to viete predstaviť, stala som sa nimi!! Neexistujú slová, ktoré by to vysvetlili, ani ľudské pocity, ktoré by vyjadrili ako veľmi som týchto dvoch ľudí v rozpätí jednej a pol minúty milovala. Nikdy predtým ani potom som necítila toľko lásky k inej ľudskej bytosti, dokonca ani k vlastným deťom, hoci ich zbožňujem!! Hoci som si nikdy nebola celkom istá, odkiaľ prišiel tento pocit, vedela som, že nie je z tohto sveta.

Každému, kto pozná literatúru o následkoch zážitku na prahu smrti, je po prečítaní zmien v prípade Peggy jasné, že ide o typické zmeny ľudí, ktorí takýmto zážitkom prešli. Mohla mať Peggy takýto zážitok bez toho, aby si ho plne uvedomila?

Odpoveď je, že tomu tak s najväčšou pravdepodobnosťou bolo. Počas výskumu som napríklad stretol niekoľkých ľudí, boli to hlavne účastníci dopravných nehôd, ktorí si istý čas, niekedy celé roky, nespomenuli na vedomé prežitie nejakej skúsenosti. Trpia tým, čo sa nazýva „spätná strata pamäti“. Potom však zrazu niečo spustí čiastočnú spomienku a zážitok sa náhle vynorí ako dávno zabudnutý sen.

Niečo podobné sa stalo zrejme aj Peggy. O trinásť rokov neskôr cestovala do Dallasu v dodávke, podobnej tej, v ktorej sa jej stala nehoda a blížila sa k miestu, kde k nehode došlo. To, čo tentoraz zažila, bolo zrejme *vedomé* rozepamätanie na aspoň fragmenty jej predošlého zážitku. Nech je už vysvetlenie akékoľvek, to, čo sa jej toho dňa stalo, predstavuje samotnú pod-

statu najvyššieho posolstva Svetla, ako sa zjavuje v mysliach umierajúcich. Už aj z tohto hľadiska majú slová pre nás obrovský význam a hodnotu.

Dvadsiateho druhého augusta 1986 sedela Peggy v dodávke, ktorú riadil manžel a zrazu na ňu doľahol príval citov vyvolaný smutným textom z piesne vysielanej v rádiu. Pociťala záplavu súcitu k ľuďom a bola taká ohúrená náhlou silou svojej reakcie, že prešla do zadnej časti auta, kde si ľahla. Snažila sa uvoľniť, ale paradoxne cítila ako jej srdce búši, ako sama konštatovala, „ako keby som bola cvičila tvrdý aerobik dvadsaťpäť minút.“ Postupne sa jej dýchanie spomalilo, ale ocitla sa v tej „najtmavšej tme“, pričom sa ale vôbec nebála. Pociťala absolútny pokoj a akúsi extázu a zároveň sa ocitla „uzamknutá“ v zážitku, ktorý sa začal pred ňou odvíjať.

Pamätám si, že som nevedela kde som, zatiaľ čo som sa vznášala, ale cítila som sa tak skvele, že som nad tým nerozmýšľala. Trvalo to dovtedy, kým som nad ľavým plecom nezbadala malé ale jasné svetlo. Nemala som pocit, že sa blížim k svetlu cez tunel. Skôr sa mi zdalo, akoby som sa pokojne v tej tme vznášala, zatiaľ čo svetlo prišlo ku mne. To svetlo bolo okružle a VEĽMI RÝCHLE sa zväčšovalo. Možno som sa ja pohybovala cez tunel, ale necítila som to. Ako každý, kto toto svetlo videl, hovorí, vyzerá ako to najjasnejšie modro-biele svetlo, aké si viete predstaviť — vynásobené 10 000 krát. Trochu som sa vydesila, keď sa svetlo priblížilo (alebo ja k nemu), hoci mojím očiam vôbec neublížilo, ako som sa spočiatku obávala. V skutočnosti, čím dlhšie som sa doň pozerala, tým väčší pokoj sa ma zmocňoval. To svetlo bolo mimoriadne upokojujúce a plné radosti „vtiahlo vás...“. Úplne jasne a okamžite som pochopila, že to svetlo nebolo iba Svetlo, ale bolo ŽIVÉ! Malo osobnosť a bolo inteligentné mimo nášho chápania... Vedela som, že to svetlo je bytosť. Vedela som aj to, že to svetlo je Boh a je bez pohlavia.

Potom som pociťala, že to svetlo „rozpráva“ ... takou sofistikovanou komunikáciou, že moja myseľ nedokázala dešifrovať čo bolo povedané... Krátko predtým, ako ma svetlo úplne obklopilo, začala som vnímať, že ma VEĽMI DOBRE pozná.

Napriek tomu Peggy dokázala pochopiť, čo jej Svetlo chce povedať a začala pociťovať jeho energiu. „Bez najmenších pochybností som vedela, že je to najsilnejšia forma energie, aká vôbec existuje. Bola to Energia Čistej Lásky. Pomyslela som si: „Už aby som to mohla povedať ľuďom.“

A Svetlo je začalo učiť formou odpovedí na otázky, ktoré zrejme kládla:

Svetlo mi ukázalo, že celý svet je ilúzia. Všetko čo si pamätám je, že som pozerala dole (na to, čo považovala za Zem)... a pomyslela som si: „Môj ty Bože, nie je to reálne, nie je to reálne!“ Bolo to, akoby všetky hmotné veci boli iba „kulisy“ pre naše duše, včítane našich tiel. Ťažšie veci, ktoré vidíme, majú nižšiu hodnotu reality a sú reálne, ale nie tak ako si to myslíme my. Existujú pre nás neviditeľné veci na vyšších úrovniach, ktoré sú oveľa, oveľa, oveľa reálnejšie. Pomyslela som si: „MUSÍM si to zapamätať!“

V tomto stave si Peggy čoskoro všimla, že jej myseľ funguje mimoriadnym spôsobom a umožňuje jej prijímať celkom samozrejme všetky pravdy, ktoré sa jej odhaľovali:

Na tom mieste, kdekoľvek sa nachádza, som nemala to obmedzené vedomie, aké mám na Zemi. Mala som pocit, že okrem piatich zmyslov mám ešte ďalších 125. Môžete robiť, rozmýšľať, chápať a tak ďalej, zistíte všetko bez akéhokoľvek úsilia. Je to akoby skutočnosti boli priamo pred vami a neexistuje žiadne riziko nepochopenia, pretože pravda jednoducho je! Nič nie je skryté. Komunikácia prebieha tak, že po vašej otázke prichádza odpoveď. Vmysli sa vám vynoria správne sformované myšlienky a vy viete, že pochádzajú z iného zdroja. Rovnako premietate vlastné myšlienky. V tejto druhej oblasti sú veci ako pravdy jednoducho pred vami a stačilo si pomyslieť na to, čo chcete vedieť a už ste to mali. Rozhodujúca tu bola myseľ a to, čo ma udivovalo, bola moja schopnosť myslieť naraz na toľko vecí, na koľko som chcela. Pamätám sa, aká som bola prekvapená, keď som si uvedomila, že mám súčasne tak veľa, veľa myšlienok a všetky jasne a bez problémov vnímam.

Ďalšie odhalenia prúdili do vedomia Peggy. Dozvedela sa, že aj čas je len ilúziou. Strašné udalosti, ktoré sa odohrali na Zemi, mali svoj vnútorný význam, ktorý ľudia s obmedzeným rozhľadom nemohli ani tušiť. „Od samej radosti sa mi chcelo plakať,“ hovorí Peggy, „keď som si uvedomila dokonalosť stvorenia“. Ale zo všetkých vecí, ktoré Peggy v tomto stave úžasne rozšíreného vedomia pochopila, tá najvýznamnejšia pre ňu a dúfam, že aj pre nás, bola pravda, ktorá súvisela so všetko prenikajúcou a základnou povahou lásky vo vesmíre.

Stále sa predt mnou odhaľovali ďalšie pravdy... Jednou bolo, keď mi svetlo povedalo, že všetko je Láska a myslím tým naozaj všetko! Vždy som cítila lásku ako ľudský pocit, ktorý ľudia niekedy cítia a nikdy, ani v tých najfantastickejších snoch mi nenapadlo, žeby mohla byť doslova VŠETKÝM!

Svetlo mi ukázalo, ako veľmi sú milovaní všetci ľudia. Bolo úplne bez pochybností zrejmé, že svetlo miluje každého rovnako bez akýchkoľvek podmienok! Chcem to naozaj zdôrazniť, pretože som bola taká šťastná, keď som poznala, že nemusíme ničomu veriť alebo niečo robiť, aby sme boli milovaní. VŽDY SME BOLI A STÁLE SME BEZVÝHRADNE MILOVANÍ! Svetlo sa staralo a milovalo všetkých s mimoriadnym zaujatím. Pamätám si, ako sme sa spolu pozerali na ľudí a svetlo ma požiadalo, aby som „milovala ľudí“. Chcelo sa mi plakať, tak hlboko som s nimi cítila... Pomyslela som si: „Keby len vedeli, ako veľmi sú milovaní, možno by sa už viac necítili takí vydesení a opustení.“

Potom, akoby svetlo chcelo zdôrazniť nepredstaviteľné rozmery lásky tak, aby na to Peggy nikdy nezabudla, obdarilo ju infúziou energie:

Živo si spomínam na chvíľu, keď som pocítila čosi ako otočenie spínacím a svetlo ma napojilo na čistú, nezriedenú, koncentrovanú, bezvýhradnú LÁSKU. Láska, ktorú som vnímala v tom svetle, bola taká silná, že sa nedá porovnať s pozemskou láskou, hoci tá pozemská je akousi oveľa slabšou verziou. Je to akoby ste vedeli, že tá najlepšia láska, ktorú cítite na Zemi, je zriadením v pomere jedna k miliónu tej skutočnej. Keď cezo mňa prechádzal

prúd čistej lásky, cítila som, akoby mi svetlo zároveň hovorilo: „Milujem tá ÚPLNE a CELÚ takú aká si, PRETOŽE SI.

Práve v tom momente som začala hlboko vzlykať, lebo som cítila, že si toľko lásky nezaslúžim a veľa vecí som pokazila. Po celý ten čas, keď som prežívala hrozný smútok a trýznivý pocit vlastnej nehodnosti, pamätám sa, že svetlo ma stále milovalo. Nikdy ma milovať neprestalo a ja nikdy nezabudnem na dojem, ktorý na mňa urobilo. Pomyslela som si: „Zo všetkého, čo je tu, najviac je tu lásky... “Bolo to, akoby som sa kúpala v energetických časticách čistej lásky. A zatiaľ čo táto žiariaca a energizujúca láska prúdila cez mňa, VEDELA SOM, hoci len na niekoľko sekúnd, že som s tým svetlom úplne zjednotená. Vedela som, že v žiadnom ohľade nie je na mne nič zlé. NIC! Len na niekoľko momentov som nemyslela ani necítila dokonalosť - JA SOM BOLA DOKONALOSŤ. Nebola som iba vo svetle. Stala som sa svetlom. A zároveň som sa stala všetkým!!

Teraz si možno s väčším pochopením môžeme spomenúť na ten prekvapujúci prílev empatickej lásky k dvom študentom, s ktorými sa Peggy v škole spriatelila. („Nikdy som nevedela, že taká LÁSKA EXISTUJE... Vedela som, že nie je z tohto sveta.“) V tejto súvislosti teraz Peggy cíti, že si vzala dôležité poučenie o liečivom účinku bezvýhradnej lásky, ktoré dostala počas priameho prenosu tejto lásky pri stretnutí so Svetlom.

Jedno z mnohých presvedčení, ktoré som si na základe tohto zážitku vytvorila je to, že kedykoľvek je človek obdarovaný bezvýhradnou láskou, bez ohľadu na to, z akého zdroja pochádza (od človeka alebo svetla), spôsobuje to, že „nemilujúca energia“ alebo seba nenávidiaca energia (čo všetko sú ilúzie) sa posunú do vedomia dotyčného človeka, aby sa tam preskúmali a uvoľnili. Pri každej takejto udalosti sa vedomia tohto človeka dostane na vyššiu úroveň.

V tomto bode svojej cesty, keď Peggy absorbovala tieto aj iné poučenia od Svetla, začala sa pripravovať na návrat na Zem. Kým sa ešte kúpala vo Svetle, zaregistrovala otázku, či „by to mohla robiť navždy“?

Pamätám sa, že som na sekundu zaváhala, spomenula som si na rodinu a myslím, že som určite povedala ÁNO... Pri zakúsení čo len jedného momentu tejto čistej energie, každý žijúci človek by padol na kolená a hlboko by vzlykal od nespútanej a ničím neobmedzenej radosti nad dokonalosťou vesmíru. Bola som ochotná vzdať sa všetkého, čo som milovala na Zemi, aby som mohla ostať v tomto dokonalom stave blaženosti.

Z dôvodov, ktoré sa nikdy nedozvieme, želanie Peggy Svetlo nespĺnilo a cítila ako smeruje naspäť, musela vstúpiť do tela, ktoré, ako sama hovorí, sa medzitým zmenilo na skalú. Keď to spravila, zistila, že má oči plné slz a „v stave šoku som nechápala, čo sa to so mnou, preboha, stalo“.

Avšak ani po tomto zážitku poznanie zo Svetla do nej prúdiť neprestalo, ako tomu bolo aj v prípade Neeva. Namiesto nejakých vrcholných odhalení majú však tieto pravdy po zážitku skôr konkrétny osobný význam pre daného človeka. Je to skoro akoby Svetlo, potom čo už odovzdalo univerzálne pravdy, snaží sa teraz informovať človeka o tom, ako má všetko to poznanie využiť v osobnom živote. V prípade Peggy boli následky podobné ako tie, ktoré sa týkali Craiga a súviseli s hudbou.

Najprv však Peggy hovorí o poučení zo Svetla v širšom kontexte:

Jedna vec, ktorú som sa dozvedela bolo, že my VŠETCI sme tu, aby sme splnili „úlohu lásky“. Nemusíme to robiť vôbec, alebo len toľko, koľko chceme. Je to na nás. Naša „úloha“ je naprogramovaná pri narodení a je to práve tá vec, alebo tie veci, ktoré máme najradšej. Ja som bola taký hlupák. Vždy som si myslela, že je sebecké, ak robím to, čo mám najradšej. Pamätám sa, aká som bola šťastná, keď „do mojej mysle prišla táto informácia“. Ten iný zdroj energie použil môj hlas a povedal: „Je to tá najmenej sebecká a konštruktívna vec, ktorú môžeš pre svet spraviť, pretože to je energia, ktorú si dostala a ty budeš pri nej najšťastnejšia, najlepšia a budú si ťa najviac vážiť!“

Počas môjho zážitku som si spomenula, aké to bolo, keď som mala asi sedem rokov a stále som spievala. Doslova som znovu pre-

žila tie chvíle a cítila radosť, ktorú som poznala pri spievaní. Pamätám si ako mi Svetlo povedalo, aby som sa venovala spevu. Nehovorilo nie o sláve, peniazoch alebo dokonca o peknom hlase.

Viem, že to čo hovorím, znie ako absolútne bláznovstvo — veríte mi, viem to... Ale bol to VEĽKÝ moment v tomto mojom neuveriteľnom stretnutí a keby som ho vynechala, celý príbeh by bol menej pravdivý, alebo aspoň menej významný pre mňa. Hoci teda v srdci viem, že Svetlo mi povedalo o speve ako o mojej úlohe a keď sa zúfalo o to snažím a robím čo môžem, budem sa usilovať byť otvorená pre čokoľvek, čo mi príde do cesty... Mám veľkú radosť už z toho, ak môžem niečo vyskúšať a nebudem musieť odísť z tohto sveta s vedomím, že som to nikdy neskúsila.

Teraz, keď som s ním bola, videla a zažila tento zdroj milujúceho, euforického stavu mysle, budem ho hľadať po celý zvyšok života a spravím všetko, k čomu cítim hlbokú vnútornú potrebu, pretože viem, že je to svetlo, ktoré ma ženie dopredu. Kedysi som si myslela, že som umelkyňa, pretože maľujem. Po zážitku už viem, že som len štetec, moje životné skúsenosti sú farby, môj život je maľba a svet je ateliér, ktorého témou je láska.

Peggy končí rozprávanie vyjadrením vďačnosti, podobne ako mnohí ľudia po stretnutí s poslednou pravdou, napriek tomu, že ju tento zážitok priviedol na neistú cestu:

Celým životom musím splácať svetlu za to, že prišlo ku mne s láskou, keď som ho najviac potrebovala. Mám pocit, že to bude celoživotný projekt. Moje „staré ja“ je preč a každý deň objavujem „nové ja“. Neviem čo mi prinesie budúcnosť, ale budem sa zo všetkých síl usilovať ostať otvorená pre zmenu a ďalší rast. Viem, že pravdepodobne strávim zvyšok života tým, že ho budem nejakým spôsobom naprávať v súlade s tým, čo sa mi stalo v ten augustový deň. Nevymenila by som to za celý svet! Budem to mať stále na pamäti a dúfam, že nájdem spôsob, ako sa o to podeliť s ostatnými.

Nuž, naozaj sa s tým podelila! Rád by som vám sprostredkoval ešte viac z jej skúseností a poznania, ale možno si z jej rozprávania, ako aj predchádzajúcich príbehov už dokážete vytvoriť jasnú predstavu o tom, čo títo ľudia stretávajú a čo sa pri

týchto cestách ku Svetlu naučia a chápete aj ich hlbokú túžbu podeliť sa s ostatnými s tým, čo tam videli.

Pokiaľ ide o Peggy, udržujeme pravidelné kontakty od konferencie vo Washingtone. Hoci sme sa stretli iba pri tejto príležitosti, nedávno som jej zavolať a chcel som vedieť, čo práve robí. Jasným hlasom, ako vždy plným života, mi oznámila, že sa naozaj venuje spevu, z čoho má stále veľkú radosť a pracuje aj na nových vynálezoch. Celkove vo mne vyvolala dojem, že stále úspešne kráča po ceste, ktorú jej naznačilo pred rokmi Svetlo a pritom neúnavne pokračuje v odovzdávaní svetla všetkým, ktorých na tejto ceste stretne. Tak ako ho odovzdala mne, keď som s ňou prvýkrát hovoril vo Washingtone a, ako dúfam, odovzdala aj vám, keď ste čítali jej slová v tejto knihe.

SKLADANIE MOZAIKY ZÁŽITKOV NA PRAHU SMRTI

Ak zvážime všetkých šiestich cestovateľov k Svetlu, ktorých sme spoznali v tejto kapitole, vidíme, že sa pri nich objavujú určité rovnaké témy. Pre mňa tieto témy predstavujú tri rôzne *roviny* pochopenia, ktoré si potrebujeme objasniť, ak chceme správne pochopiť celé spektrum poučenia z týchto zážitkov.

Ako prvá je tu rovina, ktorú by som nazval jednoducho *krásna vízia*. Je to najvyšší, najobsažnejší a univerzálny aspekt zážitku na prahu smrti. Keď človeka uchváti táto krásna vízia, uvedomí si dokonalosť vesmíru a pretože aj on je jeho integrálnou súčasťou, uvedomí si aj dokonalosť seba samého. Je to oblasť čistej, bezvýhradnej lásky a prijímania, prapôvodný zdroj svetla žiariaceho nekonečnou krásou a slávou. Odhaľuje sa tu najvyššie poznanie a človek si tu s neotrasiteľnou istotou uvedomí, že to je náš pravý a večný domov.

Nasleduje rovina, ktorú nazvem *pozemské realizácie*. Na tejto rovine zážitku na prahu smrti človek úplne jasne vidí dôležitosť určitých ľudských hodnôt, presvedčení a úsilií, ktoré by ho mali informovať o jeho živote vo svete. Patrí medzi ne prvoradosť vyjadrenia empatickej lásky a záujmu o ostatných, hodnota hľadania poznania seba samého, príkaz žiť život naplno

a pritom si stále uvedomovať jeho vzácnosť, potreba odvrátiť sa od súťaživého spôsobu života ako aj života založeného na materiálnych ziskoch, presvedčenie, že smrti sa netreba báť, ale že život pokračuje i po nej a tak ďalej.

Konečne je tu rovina, ktorá by sa dala najlepšie opísať ako *osobné odhalenie*. Ako sme videli, tieto informácie prichádzajú obyčajne na konci zážitku, keď sa poučenia konkretizujú podľa potrieb a okolností jednotlivca. Činí tak samotné Svetlo, alebo istá prítomnosť či sprievodca, ktorého umierajúci v tejto ríši Svetla stretáva. Keďže budeme mať v ďalších kapitolách dosť času na diskusiu o krásnych víziách aj pozemských realizáciách, chcem túto kapitolu uzavrieť úvahou nad posledným typom odhalenia. Jeden z dôvodov pre takýto postup je úsilie ukázať vám, ako môžete tieto osobné ponaučenia použiť vo vašom živote, hoci ste sami zážitkom na prahu smrti neprešli.

Začneme pripomenutím určitých typických čŕt, ktoré súvisia s podstatou a významom týchto osobných odhalení. Spomeňte si najprv, že v každom z uvedených prípadov stretáva umierajúci človek vo Svetle akúsi prítomnosť, kohosi alebo čosi, čo pôsobí dojemom, že všetko o človeku vie a má nekonečný záujem o jeho terajšie i budúce dobro. Keď teda zomierame, zisťujeme, že nie sme a zrejme sme ani nikdy neboli sami. Máme niekoho alebo niečo, čo nás benevolentne, i keď neviditeľne sprevádza životom na tejto Zemi, ale môže pritom v kritických chvíľach zasiahnuť a dokonca, ako v prípade zážitku na prahu smrti, sa môže jasne manifestovať v našom vedomí. Už to samo na nás pôsobí veľmi upokojujúco.

Ak sledujeme funkciu tejto sprievodcovskej sily ďalej, vidíme, že v každom prípade, ktorý sme tu prezentovali, to vyzerá takmer tak, akoby sa sama vložila do kontextu celého zážitku, aby pomohla napraviť život človeka a priviedla ho späť na správnu stopu. Je to zvlášť zrejmé v prípade Neeva, keď bol očividne zamotaný v sebazničujúcej, nadol smerujúcej špirále a uväznený v zdanlivo nezničiteľnej klietke sebakopodceňovania a prenikavého pocitu neúspechu. Pochopenie seba samého, ktoré získal počas zážitku a zvlášť z prehľadu o svojom živote, ktorým ho viedol jeho sprievodca, raz a navždy rozbilo túto klietku a otvorilo mu dvierka do života, ktorý, podľa môjho

dojmu, mu bol predurčený. Aj Peggy, ako sama uviedla, žila pred zážitkom prázdny hedonistickým životom, ale po tom, čo pocítila príval božskej lásky od Svetla a samo Svetlo jej umožnilo poznať seba samú, aj ona našla cestu k oveľa osobnejšiemu naplneniu spôsobu svojho bytia. Dokonca i Stevem, ktorý naďalej trpí pre zvýšenú citlivosť, keď sa oslobodil od dušiacieho rodinného a podnikateľského prostredia, zážitok pomohol rozvinúť latentné schopnosti tým, že podnietil jeho túžbu po vedomostiach a umožnil mu začať zmysluplnejšiu kariéru. Nedávno mi Steve povedal, že stále sa mu dostáva vedenia od svetelných bytostí, čo znamená, že táto pomoc je dostupná v každodennom živote a nielen v hraničných okamihoch ohrozenia života.

Keď skúmame životy ľudí, ktorých sme stretli v tejto kapitole, nemáte pocit, že sa všetkým, do istej miery pomohlo žiť autentickjšie životy, oveľa viac v súlade s ich drienajúcimi schopnosťami a náklonnosťami a dodala sa im odvaha, aby v prípade potreby odhodili spoločenské putá, ktoré ich obmedzovali? Svetlo v podstate povedalo Peggy, že má „ísť za svojou láskou“ a keď sa jej bude venovať, spraví vlastne tú najmenej sebeckú a konštruktívnu vec vo svete. Zdá sa, že Svetlo každému z nás hovorí, že všetci máme určitý jedinečný dar, akúsi ponuku urobiť niečo pre svet a že k nášmu šťastiu ako aj šťastiu celého sveta prispejeme tým, že budeme žiť tak, aby sme tento dar realizovali, čo nie je nič menšie ako zmysel nášho života. Zážitok na prahu smrti nám vlastne pomáha rozbiť škrupinu vajca, v ktorom tento dar ležal, zanedbaný a dokonca možno netušený, aby sa mohol vynoriť a rásť do svojej zrelosti. Robí to tak, že každému jednotlivcovi ukáže čím v podstate bol a umožní mu uzrieť niečo z jeho pravého ja a povolania vo svete. Tak Craig vplýva na ľudí svojou flautou a Peggy hlasom; Laurelynn pomáha uzdravovať choré telá, zatiaľ čo Neev pracuje ako vychovávateľ detí a vedie ich k objaveniu a uskutočneniu vlastných potenciálov; Steve sa realizoval tak, že sa stal počítačovým expertom a nedávno aj širiteľom správ o zážitkoch na prahu smrti pomocou internetu; Sally, hoci sa stále usiluje robiť všetko ako najlepšie vie, bojuje, aby mohla realizovať jej pravé ja.

Hovoril som o tomto autentickom či pravom ja ako o niečom, čo má Svetlo za úlohu človeku odhaliť. Ako k tomu dochádza? Deje sa to často tak, že človek najprv pozoruje svoje *falošné* alebo spoločensky podmienené ja. V niektorých prípadoch sa o to postará prehľad vlastného života. Pamätáte si napríklad v príbehu Neeva ako tento použil poznanie zo životného prehľadu na to, aby zmenil svoj život? Na jednom mieste jeho článku dôrazne konštatuje:

Tá najdôležitejšia vec, ktorú som po svojom zážitku cítil, bola potreba napraviť a zmeniť všetko to, čo som na sebe neznášal. Z tej spomienky na životný prehľad som bol celý chorý. Stále som videl sám seba a nenávidel, čo som videl. Bol to prehľad života, ktorý zapálil moju túžbu po zmene a zároveň ju aj umožnil.

V iných prípadoch umožní zážitok človeku priamo vnímať podstatu falošného ja a tým intuitívne pochopiť, že osoba, s ktorou sa stotožnil a zvykol si ju považovať za jeho skutočné ja, nie je nič iné ako predstava. Stalo sa to napríklad Peggy a jej rozprávanie o tomto poznaní obsahuje dôležité posolstvo pre každého:

V jednej chvíli sa muselo moje vedomie vzdialiť od môjho tela, pretože zrazu som sa naň zblízka pozerala a videla ako vzlyká. Pozorovala som telo a absolútne nič som k nemu necítila. Ako som tak pozerala, zbadala som nejaký svietiaci, jasný objekt, ako sa dvíha od neho preč. Bolo mi jasné, že je to moje ego. V tom momente, keď sa moje ego začalo dvíhať, moje vedomie vošlo späť do tela a s hrôzou som si uvedomila: „To je moje ego, to je moje ego!“ Nechcela som, aby ma opustilo. Zdalo sa mi, že ak ho nebudem mať, tak zomriem. Napriek tomu sa však odo mňa vzdďaľovalo a ja som v ňom videla všetko zlé, čo som v živote urobila. Bola som ohromená, pretože som si myslela, že všetko to patrí mne, je to moja zložkou a nemôže sa odo mňa oddeliť. Nedokážem vám ani povedať, aká som bola šťastná, keď mi svitlo, že „to som nikdy nebola ja“. Tá identita nebola nikdy mojím pravým ja.

Začala som si uvedomovať, že som bez nej v pohode, ba dokonca je mi oveľa lepšie. Bolo to, ako keď odoberiete starý, zaprášený,

upchatý filter z ventilátora aklimatizácie a necháte prúdiť dnu čerstvý vzduch bez akejkoľvek prekážky. Bol v tom len ten rozdiel, že v mojom prípade prúdila cezo mňa čistá, neriedená láska. Rozhodla som sa uvoľniť a dovoliť svetlu, aby nalialo do mňa všetku nádhernú energiu a verte mi alebo nie, začala som mať pocit, že si to v skutočnosti zaslúžim. Ak existuje niečo také ako „uzdravenie dule“, potom je to presne to, čo sa mi stalo.

Falošné ja vytvára spoločnosť, zatiaľ čo pravé ja nie je ani tak dané zážitkom na prahu smrti ale skôr ho tvorí a uskutočňuje človek po zážitku. Poznanie darované Svetlom však stačí na to, aby pomohlo človeku vidieť falošné ja a ako vlastne vzniklo a toto poznanie často stačí na to, aby sa začala plniť úloha jeho zničenia. Ak sa tak stane, vytvorí sa priestor pre prirodzený rozvoj nového, autentickejšieho ja. Ak sa pri zážitku na prahu smrti odhalí nejaký osobný cieľ, zdá sa, že tento cieľ napomáha práve takémuto osobnému vývoju dotyčného človeka. Je to, akoby Svetlo chcelo, aby každý realizoval to ja, ktoré bolo v pôvodnom pláne. Peggy to vyjadrila výstižne, keď povedala: „Naša úloha je naprogramovaná pri narodení a je to práve tá vec alebo veci, ktoré máme najradšej.“ Ak konáme na základe takejto lásky, pomáha nám to realizovať naše pravé ja, ktoré sa tvorí znovu v každom dni nášho života prostredníctvom autentického správania. To je zmysel výroku, ktorý hovorí o „sledovaní svojej lásky“.

Myslím, že je to jasné ako tlačiarenská farba na tejto strane, že posolstvá Svetla nie sú určené len pre umierajúcich ľudí. Sú pre každého z nás. Poslovie Svetla, o ktorých sme v tejto kapitole hovorili sú jednoducho naši učitelia a ich úlohou je pripomenúť nám pravdy, ktoré sme možno zabudli. Sledujete vy svoju lásku? Alebo ste ju v starostiach každodenného života stratili z očí?

*Navrhujem vám, aby ste venovali chvíľku tejto úvahe — nepo-
náhľajte sa k ďalšej kapitole. Celá táto kapitola bola vlastne
dlhým úvodom k otázkam, ktoré som vám práve položil, pre-
tože sú samotnou podstatou osobného posolstva uvedených
zážitkov na prahu smrti pre vás. Ak máte pocit, že sa váš vlast-
ný život vychýlil zo svojho smeru, nemusíte sa ocitnúť na hra-*

nici života a smrti, aby ste ho vrátili späť. Pri vašom úsilí o obnovenie správneho smeru vám môžu pomôcť tí, ktorí z tohto sveta už raz odchádzali. Ak cítite, že moje slová sú pre vás aktuálne, možno by ste sa mali pokúsiť prehodnotiť život vo svetle toho, o čom nás učia zážitky na prahu smrti. A nezabúdajte pritom, že ľudia s týmito zážitkami nám hovoria, že nie sme a nikdy sme neboli sami. My všetci máme zdroj vnútorného vedenia a keď ho raz objavíme, môže nám slúžiť rovnako ako slúžil umierajúcim. A nezabúdajte ani na slová Peggy o tom, že to nekonečné Svetlo, ktoré je zdrojom všetkej lásky na svete, miluje každého z nás rovnakou a nekonečnou láskou. „Ukázalo mi, ako veľmi sú milovaní všetci ľudia“, povedala Peggy. „Keby len vedeli, ako veľmi sú milovaní.“ Táto láska je tu pre nás všetkých a keď sa jej raz otvoríte, bude vás nevyhnutne viesť k sebe — k vášmu skutočnému ja.

Poznámky

- 1 Laurelynn napísala knihu *Searching for home* (Hľadanie domova) (St. Joseph, MI: Cosmic Concepts, 1996) o jej zážitku a poučeníach, ktoré obsahoval.
- 2 Neskôr mi Laurelynn túto časť vysvetlila, že to bolo posolstvo jej brata pre ňu samú a nemalo by sa brať, podľa jej mienky, ako všeobecné pravidlo.
- 3 Morse je známy bádateľ v oblasti zážitkov na prahu smrti a bol priekopníkom vo výskume týchto zážitkov u detí.

*Pohľad zhora:
Stopy prachu a stratené topánky*

Keď sa zamyslíme nad obsahom príbehov, ktoré som vám podal v prvej kapitole, ťažko nepriznať, že týmto ľuďom sa prihodilo niečo mimoriadne. Je to možno aj ich sebaistý prejav a úprimnosť slov, s ktorou presviedčajú väčšinu poslucháčov o tom, že to, čo pri stretnutí so smrťou prežili, sú odhalenia niektorých základných právd o živote a o tom ako sa má žiť.

Celkom určite sú všetci ľudia po zážitku na prahu smrti sami presvedčení, že to, čo videli a pochopili počas ich vízie, predstavuje niečo tak autentické ako aj nepopierateľné. A rovnakou mierou sú si títo jedinci istí, že to, čo zažili, nebol nijaký sen, fantázia alebo halucinácia. Nejednen z nich s veľkým dôrazom nástojil na tom, že jeho zážitok bol „reálnejší ako sám život“, alebo „reálnejší ako tento náš rozhovor a zazneli aj iné podobné vyhlásenia. V tejto súvislosti si pamätám muža v strednom veku, ktorý zanietene tvrdil, že jeho zážitok bol „absolútne objektívny a vonkoncom reálny“.

Ak zvážime konzistentný a naliehavý charakter týchto tvrdení, bolo by hlúpe a určite ľahkomyseľné ignorovať tento druh svedectva. Keďže však väčšina z nás takýto zážitok nemala, nachádzame sa tak trochu v nevýhodnej pozícii, pretože musíme prijať niečo na základe viery — viery v presnosť úsudku niekoho iného. Je samozrejme pozoruhodné, že sa v podstate hodnotenia všetkých umierajúcich zhodujú, ale z prísne vedeckého uhla pohľadu nemôžeme hovoriť o nijakom dôkaze. Tento spoločný názor jednej skupiny ľudí, hocijako je vo svojej presved-

čivej jednote pôsobivý, nie je možné overiť a spočíva celkom na subjektívnych výpovediach.

I keby niektorí z nás veľmi radi tieto pochybnosti ignorovali, musíme ich vziať do úvahy hneď na začiatku. Koniec koncov, každý z nás by mohol po chvíľke uvažovania pripustiť, že aj najserióznejší a nepochybne úprimní ľudia sa môžu pomýliť alebo dokonca nechať oklamať, pokiaľ ide o podstatu ich zážitku. V súvislosti so zážitkami na prahu smrti existujú určite iné knihy, ako napríklad *Dying to Live* od Susan Blackmoreovej, ktoré zaujímajú rigorózne a skeptický postoj k týmto príbehom a usilujú sa ich vysvetliť na neurologických teóriách. O týchto problémoch sa musíme zmieniť zvlášť, ak chcete oprieť svoje zmýšľanie a skutky o učenia odvodené z týchto zážitkov. Nebolo by príjemné, keby ste nakoniec zistili, že vás viedli iba halucinácie vyprodukované neurologicky poškodeným mozgom s nedostatkom kyslíka!

Problém rozriešenia otázky spočíva v samotnej skutočnosti, že zážitok na prahu smrti je v samom základe inherentne subjektívny, hlboko osobný a často nepopísateľný. Ako taký, zdá sa, bude navždy mimo dosahu vedeckých objektívov a bude mať štatút neoveriteľných novodobých náboženských zjavení. Neobstojí ani tvrdenie mnohých zástancov, že tieto zážitky majú spoločnú štruktúru. Hovorí to iba o tom, že nie sú jedinečné. Stále možno považovať túto štruktúru, ako to robí Susan Blackmoreová a ďalší skeptici, za nič iné ako napríklad za bezcenné a predvídateľné subjektívne vedľajšie produkty, ktoré vylučuje umierajúci mozog.

Zdá sa teda, že stojíme v slepej uličke. Bol by som rád, keby som vám mohol dokázať, že tieto zážitky sú naozaj také, ako o nich hovoria umierajúci, teda autentické, objektívne a reálne ako sa javia. Aby sme to však demonštrovali, musíme najprv určiť, že zážitok na prahu smrti sa nedá prijateľne interpretovať ako zložité halucinácie, fantázie alebo sny: skrátka, že tento zážitok nie je iba psychologickým fenoménom alebo jednoducho neurologickým artefaktom umierajúceho mozgu.

V skutočnosti je to práve naopak a máme spoľahlivé dôkazy, navyše z viacerých zdrojov, že zážitok na prahu smrti má objektívny charakter a je, takpovediac, „na úrovni“. V niekoľkých

nasledujúcich kapitolách predkladám niektoré z dôkazov na vaše vlastné zváženie. Dúfam, že keď dočítate túto časť knihy, bude vám jasné, že pochybnosti o reálnosti zážitkov na prahu smrti sa môžu zamietnuť z čisto vedeckého stanoviska. Nasledujú úryvky z prípadov, ktorých cieľom je predložiť dôkazy na obranu hodnovernosti zážitkov na prahu smrti.

VÍZIE MIMO TELA

Dobrým úvodom k tomu, čo bude nasledovať je príhoda, ktorú zažil raz večer dvadsaťročný herec počas namáhavého a divokého tanca na javisku:

Zrazu, bez akéhokoľvek varovania, som sa ocitol blízko ocelovej nosnej konštrukcie pri strope miestnosti. Videl som tmavé nosníky, ktoré vystupovali z tieňov a keď som sa pozrel na predstavenie pod mnou, bol som ohromený, pretože moje videnie sa zmenilo: Videl som v miestnosti všetko — každý vlas na každej hlave a zdalo sa mi — že vidím všetko naraz. Videl som všetko v jednom jedinom všadeprítomnom pohľade: stovky hláv vo zvlnených radoch prenosných stoličiek, niekoľko detí spiacich v náručí rodičov, vlasy mnohých farieb, ktoré sa odrážali od svetiel na javisku. Potom sa moja pozornosť preniesla na javisko a tam sme boli my v pestrofarebných tričkách, vírili sme dookola v tanci a tam som — tam som bol ja — tvárou v tvár s mojou (tanečnou partnerkou)}

Netreba zdôrazňovať, ako sa tento muž zdesil, keď videl seba na dvoch miestach súčasne — v tele i mimo jeho tela a bol absolútne zmätený, ako sa mu také niečo mohlo prihodiť. Neskôr sa zamýšľal nad týmto zážitkom a jeho možným významom a tiež zvažoval dve alternatívy, podobne ako sme to robili my v súvislosti so zážitkom na prahu smrti:

Bol to prirodzený jav alebo nejaká mentálna porucha? Chcel som samozrejme veriť svojim očiam (ale)... presvedčivosť zážitku a všadeprítomná povaha môjho videnia, ktorý orlím zrakom videl všetko v miestnosti naraz, sa dala interpretovať obojako. Keď si ale

spomeniem na také veci ako obrazce tvorené nitmi na nosníkoch stropu, alebo na plešinu muža v červenom károvanom saku v piatej rade, alebo na stovky ďalších detailov, ktoré zaplnili môj zrak uprostred všetkého diania, zdá sa mi logickejšie nazvať to prirodzeným javom a nie halucináciou. Žiadna autoskopická („zrkové vnímanie seba samého“) halucinácia, ktorá môže čerpať len z informácií uložených v pamäti, by nemohla byť taká úplná ani presná v detailoch.²

Toto rozprávanie o nespornom zážitku mimo tela nie je len fascinujúce, ale obsahuje aj určité náznaky o tom, ako by mohli výskumní pracovníci zhromaždiť dôkazy potvrdzujúce platnosť zážitkov na prahu smrti. Napriek ich zrejmej subjektívnej kvalite, existuje jeden komponent, ktorý prinajmenšom v princípe vedie k možnosti objektívneho potvrdenia. Hoci človek, ktorého zážitok mimo tela som uviedol vyššie, nebol v ohrození života, jeho opis vlastnej skúsenosti sa pozoruhodne, v obsahu a podrobnostiach, zhoduje s mnohými opismi, ktoré nám poskytl umierajúci. Aj oni hovoria o dočasnom opustení tela a o panoramatickom a detailnom pozorovaní jeho okolia. Predpokladajme, žeby bolo možné tieto ich opisy skontrolovať a overiť nezávislým pozorovateľom. Keby sa ukázalo, že títo pacienti nemohli vidieť to, čo videli, ani nemohli nijako inak získať potrebné informácie, mali by sme celkom presvedčivý dôkaz o objektívnosti zážitkov na prahu smrti. A keby sa tieto zrkové vnemy objektívne potvrdili, mohli by sme celkom oprávnené s väčšou dôverou prijať aj tie aspekty zážitkov umierajúcich, ktoré už samotnou podstatou presahujú hranice vedeckého merania a sú neprístupné priamemu vedeckému dôkazu.

Zhromažďovanie takýchto dôkazov už bolo v skutočnosti cieľom niekoľkých seriózných výskumov a prebieha v rámci výskumu zážitkov na prahu smrti aj teraz. Aby sme k tomu dospeli, potrebujeme najprv určiť, o akom vnímaní hovoria umierajúci, keď tvrdia, že opúšťajú svoje telo.

Na začiatok chcem spomenúť výskum, ktorý viedla Janice Holdenová, pedagogická pracovníčka na univerzite v severnom Texase.³ Holdenová, ktorá sa zvlášť zaujímalá o hodnotenie kvality zrkových vnemov počas zážitku na prahu smrti, rozo-

slala dotazníky vzorke osôb, ktoré naznačili, že mali počas umierania zážitok mimo tela. Dostala naspäť šesťdesiattri použiteľných odpovedí a tie jej jednoznačne potvrdili, že zrakové vnemy pri zážitku mimo tela sú podľa opisov jej respondentov jasné a detailné.

Napríklad, 79 percent respondentov z jej vzorky hovorilo o jasných zrakových vnemoch a porovnateľné percento konštatovalo, že vnímali okolie v neskreslenom, farebnom a panoramatickom zrakovom poli (ako v prípade vyššie uvedeného muža). Šesťdesiatjeden percent prípadov tvrdilo, že si úplne a presne zapamätali fyzické prostredie a podobné percento uviedlo, že počas pobytu mimo tela mohli dokonca čítať!

Holdenová bohužiaľ neskúmala, či zrakové vnímanie respondentov počas zážitku mimo tela nebolo ostrejšie, ako za normálnych okolností (ako vo vyššie uvedenom prípade), ale iné štúdie, ako aj niektoré prípady, ktoré spomeniem neskôr, dokazujú, že niekedy tak tomu naozaj je.

V každom prípade zistenia Holdenovej jednoznačne podporujú názor, že umierajúci je v princípe zrejme schopný podrobne opísať aj také detaily okolia, ktoré sú z fyzického uhla pohľadu pre neho jednoznačne neprístupné. Toto je, pravda, iba teória. Potrebujeme však samozrejme zistiť, či existuje nejaký konkrétny dôkaz, založený na individuálnom prípade, ktorý by to potvrdil.

Vďaka takmer dvadsaťročnému výskumu zážitkov na prahu smrti nie je, našťastie, ťažké takéto prípady objaviť. Hoci žiaden izolovaný príklad nemôže sám osebe tento jav s konečnou platnosťou potvrdiť, spoločná váha týchto prípadov stačí na presvedčenie skeptikov, že tieto rozprávania sú niečím viac, ako len halucináciami pacientov.

Tu je napríklad typický prípad, ktorý som vybral z listu jednej austrálskej dopisovateľky z roku 1989. Táto žena mi napísala o svojom zážitku na prahu smrti pri operácii a pritom spomenula reakciu lekára, ktorému sa s tým zverila:

Nikdy nezabudnem na výraz jeho tváre, keď som mu povedala, že som počas operácie mala zážitok mimo tela. Opýtala som sa ho, či sedel na vysokej zelenej stoličke s bielym poťahom. Povedal, že

áno. Potom dodal: „To ste nemohli vidieť z operačného stola, na ktorom ste ležali.“ Odpovedala som mu, že to som nevidela z miesta kde ležalo moje telo, ale že som bola od neho oddelená a pozorala som sa zhora. Táto poznámka vyvolala ešte divnejší výraz na jeho tvári.

Dovolím si povedať, že sa všetci výskumníci v tejto oblasti stretli s takýmito príbehmi. V literatúre o zážitkoch na prahu smrti je naozaj roztrúsené množstvo podobných rozprávání.

Myslím, že pre mňa bola na začiatku výskumu oblasť mimotelesného vnímania zvlášť zaujímavá. Išlo vtedy o prípady, keď jednotlivci tvrdili, že videli prach, ba celé chuchvalce prachu na horných krytoch svietidiel, pričom mali pocit, že sa nad nimi vznášajú, zatiaľ čo ich telo leží pod nimi na operačnom stole. Môžem vás uistiť, že v prvých dňoch výskumu zážitkov umierajúcich bolo zábavné, keď sme niečo také počuli; keď sme to, takmer v rovnakom podaní, počuli druhýkrát, bolo to už vzrušujúce a pri treťom opakovaní sme nadobudli presvedčenie, že nech sú už tieto epizódy čímkokoľvek, títo ľudia si ich nemohli jednoducho vymyslieť. Až desivo sa na seba podobali, hoci takýto druh vnímania bol v tomto stave u človeka málo pravdepodobný, nemohli sa interpretovať jednoducho ako halucinácie.

Teraz si už nepamätám, s koľkými takýmito obmenami vnímania prachu na svietidlách som sa stretol, ale pri skromnom odhade ich mohlo byť asi šesť. Niekoľko z nich tu opíšem, aby som vám priblížil, akým pocitom pôsobia a ako ich detailné líčenie núti ostatných uznať ich objektívnosť.

Jeden takýto prípad sa týka ženy, s ktorou som hovoril na začiatku 80. rokov, keď mala štyridsaťosem rokov. V ohrození života sa ocitla počas operácie v roku 1974. Zvlášť pozoruhodná bola jej zmienka na začiatku o neobvykle oblečenom anesteziológovi. Ako mi vysvetlila, tento lekár často pracoval na detskom oddelení. Zistil, že mladí pacienti bývali zmätení z tímu rovnako oblečených lekárov v zelených plášťoch a tak sa rozhodol, že bude nosiť žltú chirurgickú čiapku posiatu červenými motýľmi, takže ho ľahko spoznajú. To všetko je v rozprávaní tejto ženy veľmi dôležité. Dostala sa do šoku, keď začula hlas jej lekára: „Tá žena umiera!“ V tom momente,

bác, opustila som svoje telo! Hneď potom som zbadala, že sa vznášam pri strope. A vidím ho tam dolu s tou čiapkou na hlave; spoznala som ho práve podľa čiapky... bolo to také živé. Okrem toho, som veľmi krátkozraká a to bola ďalšia udivujúca vec, ktorú som zažila po odchode z tela. Na päť metrov vidím to, čo iní vidia tak na sto metrov... Pripájali ma k prístroju, ktorý bol za mojou hlavou. A moja prvá myšlienka bola: „Ježiš, ja vidím! To nie je možné, ja vidím!“ Mohla som čítať čísla na prístroji za mojou hlavou⁴ a bola som taká vzrušená. Pomyslela som si: „Dali mi späť moje okuliare...“⁵

Opisuje ďalej podrobnosti jej operácie, vrátane toho ako vyzeralo jej telo, ako jej holili brucho a rôzne lekárske postupy, ktoré vykonával tím lekárov a potom zrazu pozerala na iný predmet z polohy vysoko nad jej telom:

Z miesta, odkiaľ som pozerala, videla som obrovské žiariace svetlo... a na ňom bolo toľko špiny. (Videli ste horný kryt svietidla?) Ano, a bolo veľmi špinavé. Pamätám si, ako som si pomyslela: „Musím to povedať ošetrovateľkám.“⁶

Pozoruhodnou črtou tohto prípadu je konštatovanie ženy, že jasne vidí, hoci bola veľmi krátkozraká. Ani v tomto smere nie je svedectvo tejto ženy v mojich záznamoch ani zďaleka jedinečné. O podobnom prípade mi napísal jeden zvukový technik, ktorý tiež videl prach na svietidlách v operačnej miestnosti počas zážitku na prahu smrti. Salo sa to v japonskej nemocnici počas vojny v Kórei. Muž, ktorý sa začal zaujímať o túto oblasť po vlastnom zážitku, sa navyše dozvedel o inom prípade, ktorý sa týkal zdravotnej sestry v tej istej nemocnici a jej skúsenosť sa pozoruhodne zhodovala s jeho. V úvode listu sám o tom hovorí:

Zvláštnou vecou našich zážitkov bolo, že obaja sme mimoriadne krátkozrakí, máme hrubé sklá a sme slepí ako netopiere. Nevidíme ani na dva metre od nosa. A napriek tomu sme mohli, keď⁷ me boli mimo tela, presne opísať všetky udalosti, čísla, detaily, všetko naokolo — bez okuliarov.

Pokračuje potom v konkrétnom opisovaní okolností okolo jeho zážitku na prahu smrti a čo si pritom uvedomoval:

Mal som poranenú chrbticu a podrobil som sa jednoduchej procedúre, pri ktorej mi ju mali vyčistiť (keď nastali komplikácie)... Cítil som, že sa so mnou deje niečo nedobré a v duchu som zakričal: „Hej, chlapi, už vám odchádzam!“ Potom som sa jednoducho vzniesol k plátenej streche stanu a pozeral som na scénu podo mnou. Tu chcem zdôrazniť slovo pozeral. Úplne detailne som videl prach na svetidlách, ktoré mali byť predsa čisté a sterilné. Nieкто vedľa stanu fajčil cigaretu a ja som sledoval ako sa zdravotníkov zmocňuje panika. Videl som výraz veľkého, černoškého zdravotníka letectva, ktorého zavolali, aby ma odborným hmatom otočil na chrbát. Na nakrátko ostrihanej hlave mal jazvu v tvare malého kríža. On jediný nemal na tvári rúško, pretože ho zavola-li narychlo. Pozoroval, ako sa ma snažia lekári priviesť späť k životu, pričom mi stláčali hrudník, búchali do neho a zdalo sa, že to nemá konca.

Na konci listu sa ešte raz vracia k zvláštnej paralele so zdravotnou sestrou a hoci nechce prekročiť rámec vlastného zážitku, dodáva túto výstižnú myšlienku:

Zdravotná sestra, o ktorej som hovoril, je veľmi krátkozraká a opisovala mi podobné podrobnosti napriek tomu, že v tom čase nemala okuliare. Nechcem hovoriť jej zážitok za ňu, aby som tam nevložil nejaké nepresnosti, ale tá zvláštna schopnosť videnia takmer slepých ľudí vyvoláva vo mne rôzne špekulácie.

V tom má úplnú pravdu! A ako uvidíte v nasledujúcej kapitole, nedávno som rozvíjal tieto špekulácie do ich logickej hranice, čo prinieslo nové zistenia o zrkavých vnemoch počas zážitku na prahu smrti, ktorých vysvetlenie tradičnými metódami je ešte ťažšie.

Pred touto mojou najnovšou štúdiou sa však venujme a stručne pouvažujme ešte aspoň nad niekoľkými ďalšími prípadmi spojenými s pozorovaním prachu a podobnými zážitkami.

Tretí prípad sa týka mladého muža, ktorého takmer usmrtil elektrický prúd počas kurzu umeleckých remesiel v čase, keď bol ešte študentom. Keď cítil ako cez neho prúdi elektrina,

vzniesol som sa dva až tri metre nahor a meter až poldruha metra pred moje stojace telo. Videl som celé okolie, vrátane prachu, odpadového papiera a triesok na skrini za mojím telom. Ďalší študent, otočený chrbtom ku mne, rozrezával hrubú dubovú dosku na stolovej píle asi päť metrov pred mojím telom.⁷

Na túto tému existujú mnohé variácie. Napríklad, niektorí ľudia vidia svietidlá bez prachu. Nasledujúca ukážka je krátkym úryvkom z dvadsaťosem stranového listu od jednej kanadskej antropologičky, ktorý mi napísala pred niekoľkými rokmi. V liste mi podrobne opísala množstvo mimoriadnych zážitkov z jej života a pridala živý opis jej zážitku na prahu smrti, ktorý zažila v dôsledku zápalu pľúc počas druhého tehotenstva. Ako uvidíte, jej zážitok pozoruhodne pripomína pobyt mimo tela v prípade herca, ktorým začala táto časť knihy.

Do nemocnice ju priviezol manžel a krátko po príchode stratila vedomie. Počula ešte ako sa ošetrovatelky vyjadrili, použijem jej slová, že je už len „kus mŕtveho mäsa“. Ona sama bola v tom čase už niekde inde. Ako hovorí:

Vznášala som sa nad nosidlami v jednej z pohotovostných izieb nemocnice. Pozerala som dolu na nosidlá, vedela som, že to telo zabalené v dekách je moje, ale v podstate ma to nezaujímalo. Tá izba bola oveľa zaujímavejšia ako moje telo. A akú som mala krásnu perspektívu. Videla som všetko. A myslím tým naozaj všetko. Videla som vrchný kryt svetla na strope a spodnú časť nosidiel. Videla som súčasne obkladačky na strope aj dlaždice na podlahe: mala som tristostupňové kruhové zorné pole. A nielen kruhové. Detailné! Videla som každý vlas na hlave sestry stojacej vedľa nosidiel i miešok, z ktorého vyrastal. Presne som vtedy vedela, na koľko vlasov sa pozerám. Posunula som pohľad ďalej. Mala na sebe lesklé nylonové pančucháče. Videla som každé jedno zatrblietanie a každé zalesknutie, ktoré sa vynímalo v žiarivom detaile a zasa som presne vedela, koľko tam bolo zábleskov.

Je to zrejme práve jasnosť a presnosť detailov, pre ktoré je ťažké tieto rozprávania podceňovať, i keď sa pri nich musíme spoliehať iba na výroky tých, ktorí nám o zážitkoch hovoria. Všeobecná podobnosť týchto nezávislých prípadov je taká výrazná, že ju treba vziať do úvahy, najmä ak si uvedomíme, že z veľkého počtu prípadov sme tu uviedli len malú vzorku.

Preskúmajme ešte jeden prípad, ktorý sa týka mojej dobrej priateľky. Počas zážitku na prahu smrti nepozorovala prach, ale *pavučinu*.

Nel, ktorá už prekročila šesťdesiatku, má dlhodobé chronické problémy s vredmi. Počas jedného kritického obdobia v roku 1972, keď ležala na jednotke intenzívnej starostlivosti v Bostonskej nemocnici, začal jej vred krváčať. Stratila vedomie a začula rozhovor lekára so sestrou, z ktorého pochopila, že jej nádej na prežitie nie je veľká. Čoskoro potom zažila dramatickú zmenu vo svojom vedomí:

Veľmi prudko som si uvedomila, že už nie som vo svojom tele. Bola som hore pri strope a pozerala dolu, na posteľ, fláše s infúziou, tečúcu krv; monitory pípali a fluoreskujúce svetlo nad hlavou bez prestania bzučalo. Obzrela som sa dookola a pomyslela som si: „No teda, to je ale zvláštny výlet!“ Necítila som žiadnu bolesť. Videla som bolesť a úzkosť na mojej tvári tam dolu, na posteli, ale ja som bola hore. Cítila som sa pohodlne, bez bolesti a čudovala som sa.

Obzrela som sa a zbadala som krásnu, jemnú pavučinu a nad oknom popraskanú omietku. Pomyslela som si: „Môj ty Bože, plátiť im 325 dolárov za deň, tak prečo neupracú izbu a nespravia tú omietku?“

Teraz už máme azda dosť konkrétnych príkladov, aby sme mohli bezpečne konštatovať, že ľudia v blízkosti smrti môžu naozaj vidieť drobné a bežným okom neviditeľné optické „nedostatky“ z určitého priaznivejšieho uhla pohľadu mimo svojho tela. V niektorých týchto prípadoch by v skutočnosti nebolo pre ľudí fyzicky možné vidieť to, čo vidia, keby sa pozerali zo zorného poľa, ktoré im dáva poloha ich tela (nehovoriac už ani o skutočnosti, že oči majú zatvorené a nachádzajú sa v bezve-

domí). Ako sme v mnohých prípadoch navyše zistili (a mám ešte ďalšie príklady, ktoré by som mohol uviesť), pacienti so slabým zrakom hovoria o tom, že videli všetko s udivujúcou presnosťou a mohli dokonca čítať, čo by za normálnych okolností u nich vôbec nepripadalo do úvahy.

Iné prípady, s ktorými som sa stretol, sa týkali nehôd (zvyčajne ide o nehody motocyklistov) a prinášajú ďalšie dôkazy podporujúce závery Janice Holdenovej o tom, že mnohé obete týchto nehôd dokážu prečítať rôzne čísla alebo značky (napr. na telefónnych stĺpoch alebo na *strechách* autobusov), hoci sa nenachádzajú v blízkosti ich fyzických tiel. V iných prípadoch títo ľudia presne reprodukovali podrobnosti rozhovorov, ktoré nemohli počuť, pretože sa odohrali ďaleko od miesta nehody, alebo získali informácie, ktoré sa nemohli dozvedieť normálnym spôsobom.

Nedávno som našiel v liste pozoruhodný prípad takéhoto druhu. Istý muž z južnej Afriky, ktorý teraz žije v USA, sa ocitol v dôsledku obojstranného zápalu pľúc v ohrození života v rodnej krajine v roku 1972. Počas pobytu v nemocnici, ešte pred zážitkom, sa spriatelil so zdravotnou sestrou, ktorá tam pracovala. Napísal mi:

Zatiaľ čo som bol v kóme (a myslím, že som bol klinicky mŕtvy), zomrela moja priateľka, zdravotná sestra, pri automobilovej nehode. Stretol som ju tam, na Druhej Strane. Požiadala ma, aby som sa vrátil. Sľúbila mi, že si nájdem milujúcu manželku a poprosila ma, aby som povedal jej rodičom, že ich stále miluje a ľutuje, že zničila svoj dar k dvadsiatym prvým narodeninám (červené MGB). Keď som po návrate povedal ošetrovúcemu personálu, že viem o smrteľnej nehode zdravotnej sestry van Wykovej, ktorá sa stala v čase, keď som bol „mŕtvy“, ako aj o jej červenom aute (to poznali iba jej rodičia), všetci začali vstávať a začali sa o to zaujímať.

Je zrejmé, že prípady, ktoré som v tejto časti uviedol, predstavujú neľahkú úlohu pre každého, kto by chcel tieto príbehy zmiesť zo stola ako nejaké podivné halucinácie ľudí v poslednom ťažení. Ich vnemy sú veľmi prepracované v detailoch

a príliš presvedčivé svojou presnosťou — práve takéto vnemy by sme totiž mohli očakávať od ľudí, ktorí by skutočne mimoriadne jasným zrakom pozorovali okolie z miesta blízko stropu — a nemôžeme ich jednoducho zamietnuť ako nemožné. To, že ich nedokážeme vysvetliť, ešte neznamená, že neexistujú. Jednoducho k nim dochádza, čo znamená, že musíme nájsť spôsob ako ich prijať a naďalej s nimi počítať, aj keby to malo protirečiť našim teóriám o tom, čo je možné.

OVEROVACIE ŠTÚDIE

Čo keby ste tak spali a vo svojom spánku snívali,
 a čo keby ste v tom sne išli do neba
 a tam by ste odtrhli podivný a krásny kvet,
 a čo keby ste sa prebudili a držali ten kvet v ruke?
 A čo potom?

— *Samuel Taylor Coleridge*

Každý kriticky založený človek, nehovoriac o vyslovenom skeptikovi, by samozrejme ako posledný argument proti týmto príbehom uviedol (čo sme vlastne už aj priznali), že to všetko sú iba nepodložené výpovede ľudí a sú to teda svedectvá opierajúce sa o slová tých, ktorí tvrdia, že niečo také zažili. Keďže neexistuje objektívne potvrdenie týchto príbehov a teraz ani spôsob ako ich overiť z nezávislého zdroja, z pohľadu vedy musia ostať nepotvrdené. Sú síce fascinujúce a sugestívne, ale v konečnom dôsledku nedokazujú nič.

Z prísne vedeckého hľadiska je to logický a oprávnený postoj. Ak ešte vezmeme do úvahy udivujúci charakter týchto príbehov a, ak sú pravdivé, aj ich následky na život dotyčného človeka, potom je taká námietka ešte závažnejšia. Hovorí sa, že mimoriadne tvrdenia si vyžadujú mimoriadne dôkazy a nepodložené osobné svedectvá takejto požiadavke určite nevyhovujú. Aj to je pravda - je tu však jedna výnimka. Nie všetky takéto prípady sú založené len na subjektívnych výpovediach a niektoré boli naozaj objektívne potvrdené. V takýchto prípadoch hovoríme o overovacích štúdiách a musíme sa teraz pri

hľadání väčšieho dôkazu autenticity zážitkov na prahu smrti venovať práve niekoľkým z nich.

Azda najznámejší prípad tohto druhu sa týka ženy, ktorá sa volá Maria. Jej príbeh vyrozprávala najprv sociálna pracovníčka Kimberley Clarková.⁸ Maria bola migrujúca pracovníčka a pri prvej návšteve priateľov v Seattli utrpela ťažký srdcový záchvat. Rýchle ju previezli do nemocnice v Harborview a umiestnili ju na koronárnej jednotke. O niekoľko dní nastalo u nej zastavenie srdca, z ktorého ju ale rýchle resuscitovali.

Nasledujúceho dňa požiadali Clarkovú, aby sa na ňu šla pozrieť a počas rozhovoru jej začala Maria rozprávať o svojom zážitku mimo tela, ktorý mala v čase zastavenia srdcovej činnosti. Opísala bežný príbeh o tom, ako sa vzniesla k stropu a pozorovala lekárov pri práci na jej tele. Clarková už o takýchto zážitkoch počula a bola v tomto ohľade skeptická — a rovnako aj k príbehu tejto pacientky — počúvala s predstieraným záujmom, čo jej hovorila a čo je znelo ako čosi neskutočné. Vo svojom vnútri, ako teraz priznáva, našla prijateľné vysvetlenie, ako to vyvrátiť — až kým Maria nespomenula čosi veľmi nezvyčajné.

Povedala jej totiž, že nepozerala stále iba dolu od stropu, ale ocitla sa *mimo* nemocnice. Uviedla, že bola mimoriadne zmätená, keď zbadala jeden predmet na rímse tretieho poschodia v severnom krídle budovy, nad ktorým sa vznášala. Keď sa k nemu priblížila, bola z toho všetkého zmätená. Videla tenisku na rímse budovy! Opísala túto tenisku do najmenších podrobností. Medzi iným povedala, že v mieste malíčka bola značne obnosená a jedna šnúrka bola strčená pod pätou. Maria nakoniec s určitou naliehavosťou poprosila Clarkovú, či by tú tenisku nešla pohľadať. Cítila takmer zúfalú potrebu presvedčiť sa, to „naozaj“ videla.

V tej chvíli, ako pani Clarková pri rozprávaní o tomto príbehu uviedla, zažila metafyzický moment pochybnosti, podobný epigrafu v úvode tejto časti. Jej zvedavosť však zvíťazila a rozhodla sa želanie Marie splniť.

Sám som bol v tejto nemocnici a môžem vám povedať, že severná strana budovy je veľmi úzka a na treťom poschodí má len päť okien. Keď tam Čiarková prišla, nenašla žiadnu topánku —

až kým neprišla k strednému oknu chodby, kde na rímse, presne ako to uviedla Maria, ležala teniska.

Keď počujeme takýto prípad, musíme si položiť otázku: Aká je pravdepodobnosť, že migrujúca robotníčka pri prvej návšteve veľkého mesta, po srdcovom záchvate a prevoze do nemocnice, počas zastavenia srdcovej činnosti bude mať zrazu halucinácie, pri ktorých zbadá tenisku — s veľmi konkrétnymi a zvláštnymi znakmi — na rímse o jedno poschodie vyššie než je jej fyzické telo? Myslím, že ani ten najväčší skeptik by sa nezmohol na nič iné, ako napríklad: „Doparoma, je to možné?”

Pokiaľ ide o samotnú Clarkovú, objavenie tenisky na rímse okamžite ukončilo jej predošlú skepsu o zážitkoch na prahu smrti. V tejto súvislosti uvádza:

Jediným spôsobom, ktorým mohla dosiahnuť takúto perspektívu bolo, že sa musela vznášať vonku a veľmi blízko pri teniske. Vzala som tú tenisku a priniesla ju Márii; pre mňa to bol veľmi konkrétny dôkaz?

S interpretáciou pani Clarkovej nemusí, samozrejme, každý súhlasiť, ale ak pripustíme hodnovernosť celého rozprávania, o ktorom nemám najmenší dôvod pochybovať, pretože Clarkovú poznám veľmi dobre osobne, uvedené skutočnosti sú zrejme nepopierateľné. Máriine nevysvetliteľné objavenie tenisky je taký zvláštny a zarážajúci pohľad, že dokáže zastaviť uprostred vety aj toho najväčšieho skeptika. Aj potom by však ešte mohol pripustiť, že ide predsa iba o jeden prípad a aj keď môže znepokojovať tých, ktorí takým veciam neveria, môže sa nakoniec klasifikovať ako jeden z mnohých záhadných javov, ktoré sa vysvetliť nedajú. Jedného dňa sa nakoniec možno takéto javy vysvetlia celkom prozaickým spôsobom.

Ani s takýmto postojom sa však nemôžeme uspokojiť. Existujú totiž ďalšie podobné prípady, pri ktorých aspoň jeden nezávislý svedok potvrdil pacientovo vnímanie mimo tela. Spolu s mojou kolegyňou, Madelaine Lawrenceovou som skúmal tri takéto prípady, pritom dva z nich sa zhodou okolností tiež týkali topánok.¹⁰ Stručne ich teraz uvediem.

V roku 1985 pracovala Cathy Milneová ako zdravotná ses-

tra v nemocnici v Hartforde v štáte Connecticute. Už predtým sa zaujímala o zážitky na prahu smrti a jedného dňa sa rozprávala so ženou, ktorú nedávno prebrali z ldinickej smrti a pritom tiež zažila svoj zážitok. Po počiatočnom telefonickom rozhovore mi v liste opísala ďalšie podrobnosti:

Hovorila mi o tom ako sa vznášala nad svojím telom, krátko pozorovala úsilie lekárov o jej oživenie a potom pocítila ako ju čosi vytiahlo cez niekoľko poschodí nemocnice. Ocítla sa nad strechou a uvedomila si, že pozerá na panorámu Hartfordu. Žasla nad tým aký je tento pohľad zaujímavý a vtom v kútiku oka zbadala nejaký červený predmet. Ukázalo sa, že je to topánka... rozmýšľala nad ňou... a zrazu pocítila ako ju „vtáhuje“ nejaká tmavá diera.

*Povedala som o tom jednému (skeptickému) lekárovi, ktorý v tejto nemocnici býval a ten sa len zasmial a odišiel. Zavolať si zrejme domovníka a vyšli spolu na strechu. Keď som ho neskôr v ten deň stretla, mal v ruke červenú topánku a jeho názor na vec sa zásadne zmenil!*¹

Chcem uviesť ešte jednu poznámku k tejto druhej bielej vrane vo forme jednej, nepravdepodobne umiestnenej topánke, spozorovanej na streche budovy: Po úvodnom rozhovore s pani Milneovou som sa opýtal, či náhodou nepočula príbeh o teniske, ktorú videla Maria. Nielenže ju nepoznala, ale bola práve mimoriadne prekvapená podobnosťou oboch prípadov.

Tá zvláštna náhoda nekompletného páru topánok priťahujúceho pozornosť umierajúcich ľudí, ktorí dočasne opustili svoje telá pripútané na nemocničné lôžko či operačný stôl, má pre mňa takmer neodolateľné čaro a pripomína mi báseň od Muriel Sparkovej s názvom „That Lonely Shoe Lying on the Road“

Osamelá topánka ležiaca na ceste). Aj táto poetka rozmýšľala nad záhadou, prečo sa všade povaľujú *osamotené* topánky („Prečo iba jedna?“ kladie otázku) a uzatvára tým, že „v živote sa vždy nájdú nejaké tajomstvá“. V oblasti výskumu zážitkov na prahu smrti ostáva určite nezodpovedaná otázka, ako sa vlastne dostávajú tieto osamotené topánky na také nepravdepodobné vyvýšené miesta, aby ich neskôr zbadali udivení umierajúci

pacienti a potom rovnako nimi zmätení bádatelia! V každom prípade, ako sa čoskoro dozvieme, nezvyčajne umiestnené topánky neprestávajú figurovať v týchto verifikačných štúdiách.

V lete roku 1982 sa vracala Joyce Harmonová, ošetrovateľka na chirurgickom oddelení jednotky intenzívnej starostlivosti, po dovolenke späť do práce. Na dovolenke si kúpila pár nových tartanových šnúrok do topánok a náhodou ich mala na sebe počas prvého dňa v práci. Pomáhala vtedy pri oživovaní jednej pacientky, ktorú vôbec nepoznala.

Resuscitácia sa podarila a na druhý deň, keď sa k tejto pacientke náhodou priblížila, tá na ňu zrazu vyhlkla: „Ach, to ste vy s tými štvorcovými šnúrkami v topánkach!"

„Čože?" spýtala sa Joyce celá udivená. Hovorí, že si jasne pamätá, ako sa jej zježili vlasy na šiji.

„Videla som ich," pokračovala pacientka. „Pozorovala som včera čo sa robí, keď som zomrela. Bola som tam hore."¹²

Tretia príhoda sa stala v Hartfordskej nemocnici pred niekoľkými rokmi. Na sklonku sedemdesiatych rokov pracovala klinická inštruktorka Sue Saundersová na programe respiračnej terapie. Jedného dňa pomáhala na pohotovosti pri oživovaní asi šesťdesiatročného muža. Lekári mu dávali šoky, ale bezvýsledne. Pani Saundersová sa mu snažila podať kyslík a použila pritom špeciálnu masku so spätným ventilom. Uprostred záchranných prác ju ktosi vymenil a ona odišla.

Po niekoľkých dňoch stretla pacienta na kardiologickej jednotke. Len čo ju zbadal, úplne bez zábran ju zhodnotil: „V tom vašom žltom plášti ste vyzerali oveľa lepšie."

Aj ona, podobne ako Joyce Harmonová, bola pri tejto poznámke taká šokovaná, že jej naskočila husia koža. Odvtedy totiž na sebe tento pracovný plášť nemala (a odvtedy ho nenosí vôbec).

„Je to tak," pokračoval pacient, „Videl som vás. Dávali ste mi čosi na tvár (bola to maska) a pumpovali ste do mňa vzduch (opäť správne). A videl som váš žltý pracovný úbor."

Pani Saundersová na záver poznamenáva:

To vo mne naozaj vyvolalo zimomriavky! Jediný spôsob, ako to mohol vedieť bolo, keby tam bol a to pri vedomí a ešte „mimo te-

la"! Viac o svojom zážitku nepovedal. Zrejme hovoril o tom rodine, ale tá mu neverila. Nesnažila som sa dostať z neho viac informácií, pretože som bola zmätená už z toho, čo mi povedal... Je to naozaj záhadné, ak si pomyslím, že si zapamätal farbu! Nikdy by som to neuverila, keby sa to nestalo mne samotnej."

Všetky tieto štyri prípady, ktoré som tu stručne opísal, potvrdzujú tri dôležité aspekty: (1) Pacienti, ktorí majú počas zážitku na prahu smrti aj zážitok mimotelového vnímania, opisujú niekedy nezvyčajné predmety, ktoré by nemohli vidieť za normálnych podmienok; (2) neskôr sa môže ich existencia i poloha, tak ako o nich hovoria pacienti, objektívne potvrdiť; (3) toto svedectvo má silný emotívny a poznávací účinok na príslušných ľudí - buď sa potvrdí ich viera v autenticitu týchto zážitkov, alebo niekedy spôsobí okamžitú zmenu názoru. Jednoducho predpokladať, že si títo pacienti všetko iba vymýšľajú, je práve také ťažké ako pochopiť, ako je to všetko možné. To jediné isté, čo môžeme v tejto chvíli povedať, je súhlasiť s Muriel Sparkovou, že „v živote sa vždy nájdú nejaké tajomstvá“.

V literatúre o zážitkoch na prahu smrti sa nájde oveľa viac takýchto prípadov, ktoré toto tajomstvo prehlbujú a zároveň tým prinášajú stále presvedčivejšie dôkazy o pravdivosti vnímania umierajúcich. Azda najznámejšiu a zároveň prvú štúdiu tohto zamerania vykonal kardiológ Michael Sabom pred vyše desaťročím.¹⁴ V dôkladnej a systematickej práci Sabom našiel množstvo pacientov s chorobami srdca, ktorí podrobne opísali svoje zrkové vnemy počas operácie, záchvatov alebo pri zastavení srdcovej činnosti. Sabom potom konzultoval s lekármi alebo inými svedkami a skúmal lekárske záznamy týchto pacientov, aby určil do akej miery sa môžu ich výpovede potvrdiť. Vo väčšine prípadov získal presvedčivé dôkazy o tom, že títo pacienti podávali presné podrobnosti týkajúce sa ich operácií, použitých prístrojov alebo prítomného personálu, ktoré nemohli získať normálnymi prostriedkami.

Aby svoju interpretáciu ešte viac potvrdil, vytvoril originálnu kontrolnú skupinu. Zhromaždil údaje dvadsiatich piatich pacientov s chronickými chorobami srdca, z ktorých ani

na jednom nebola vykonaná resuscitácia. Požiadal ich potom, aby si predstavili, že ich oživujú a aby opísali tento postup tak, akoby boli jeho divákmi (t. j. z podobnej perspektívy o akej zvyčajne hovoria umierajúci). Výsledky boli veľmi priaznivé a posilnili jeho názor o pravdivosti výrokov ostatných pacientov.

Dvadsaťdva z dvadsiatich piatich kontrolných respondentov opísalo svoje hypotetické oživovanie s množstvom chybných údajov. Ich výpovede boli navyše hmlisté, nepresné a všeobecné. Výpovede skutočne oživovaných pacientov neboli nikdy skazené chybami a boli oveľa podrobnejšie.

Myslím, že Sabomove údaje sú vcelku veľmi presvedčivým dôkazom o overiteľných a konvenčné nevysvetliteľných zrakových vnemoch, ku ktorým dochádza počas zážitku na prahu smrti. Spolu s vyššie uvedenými prípadmi, ktoré som vám ponúkol na zváženie, verím, že máme teraz o týchto javoch dostatok informácií na to, aby ich vzali na vedomie bádatelia v tejto oblasti rovnako ako aj skeptici. Ako by ich mohli uspokojivo vysvetliť, je stále problémom, ktorý sa zatiaľ nikomu nepodarilo vyriešiť.

HLADANIE VYSVETLENIA

Príklady zrejme spoľahlivých, ale „nemožných“ vnemov, zvlášť zrakových, ku ktorým dochádza pri ohrození života, môžu priniesť konvenčným teóriám neriešiteľné problémy, ale opakujú sa s takou tvrdohlavosťou, že sa musí s nimi rátať. Problém spočíva v tom, že zážitok na prahu smrti, ako aj mimotelesné vnímanie nás privádzajú do oblastí paranormálnych javov, či dokonca k náboženstvu a preto sa tieto javy odsúvajú na okraj vedy s nádejou, že sa po čase na ne jednoducho zabudne.

Nedávno sa však objavil nový prístup k týmto pretrvávajúcim javom, ktorý nám umožňuje vytvoriť si aspoň predstavu o tom, ako tieto udivujúce zistenia z výskumov zážitku na prahu smrti súvisia s výsledkami moderného výskumu ľudského vedomia. Neznamená to, že dokážeme vedeckými poj-

mami vysvetliť všetko, o čom sme tu hovorili. Ak však spojíme to, čo sme doteraz prezentovali s výsledkami výskumu uvedeného v nasledujúcej kapitole, sami pochopíte spôsob, akým výskum týchto zážitkov pomáha vytvárať nové modely vysvetlenia vo vede.

Nech už sú uvedené prípady akokoľvek fascinujúce — neočakávaný prach, vlniace sa pavučiny alebo záhadne umiestnené topánky — do úvahy musíme ešte vziať ďalšie zrakové vnemy ľudí na pokraji života, ktoré sú svojou podstatou absolútne nemožné a predsa k nim došlo. A táto skutočnosť poskytuje jeden z najsilnejších dôkazov nielen o autenticite samotného zážitku na prahu smrti, ale aj ešte presvedčivejší dôkaz o jeho transcendentálnej podstate.

Poznámky

- 1 Richard Squires, „The meaning of ecstasy“ (Význam extázy) *Gnosis Magazine*, 33 (Jeseň, str. 69).
- 2 Ibid., str. 70.
- 3 Janice Miner Holden, „Visual perception during naturalistic near-death out-of-body experiences, (Zrakové vnemy počas prirodzených zážitkov mimo tela v ohrození života) „*Journal of Near-Death Studies*, 7 (Zima, 1988), str. 107-120.
- 4 Táto respondentka mi neskôr povedala, že keď sa zotavila, išla do miestnosti intenzívnej starostlivosti aby sa presvedčila, že čísla, ktoré na stroji videla, sú správne. Informovala ma, že naozaj boli a krátko potom to povedala i anesteziológovi. V čase môjho rozhovoru som to však už overiť nemohol a tak som musel dať na jej slovo.
- 5 Kenneth Ring, *Heading toward Omega* (New York: Morrow, 1984), str. 42.
- 6 Ibid., str. 43
- 7 Kenneth Odin Merager, „220 volts to my near-death experience.“ (220 voltov v mojom zážitku na prahu smrti) *Seattle INDS News-latter*, Marec-apríl, 1991.
- 8 Kimberly Clark, „Clinical interventions with near-death experiencers.“ (Klinické štúdie na umierajúcich). V knihe B. Greysona a C. P. Flynna (Eds.) *The near-death experiences: Problems, prospects, perspectives* (Zážitky na prahu smrti: problémy, prospekty, perspektívy) (Springfield, IL." Charles C. Thomas, 1984), str. 242-255.

- 9 Ibid., str. 243.
- 10 Kenneth Ring and Madelaine Lawrence, „Further studies of veridical perception during near-death experiences" (Ďalšie štúdie overiteľného vnímania počas zážitkov na prahu smrti) *Journal of Near-Death Studies*, 11 (Leto 1993), str. 223-229.
- 11 Kathy Milne, osobná komunikácia, 19.októbra, 1992.
- 12 Joyce Harmon, osobná komunikácia, 28. augusta, 1992.
- 13 Sue Saunders, osobná komunikácia, 31. decembra, 1992.
- 14 Pozri zvlášť jeho knihu: *Recollections of death: A medical investigation* (*Spomienky na smrť: lekárske skúmanie*) (New York: Harper and Row, 1982), Kapitola 7. Dôležitý je aj prvý článok Saboma „The near-death experience: Myth or reality? A Metodological approach," (Zážitok na prahu smrti: mýtus alebo realita? Metodologický prístup), *Anabiosis*, 1 (júl, 1981), str. 44-56.

Videnie bez očí: Zážitok na prahu smrti u nevidiacich

Azda napresvedčivejšieho overenia hypotézy, že ľudia naozaj videli to, o čom hovoria po zážitku mimotelesného vnímania sme sa paradoxne dočkali z výskumu zážitkov na prahu smrti u slepých ľudí. Spomínali *sme* už, že ľudia so slabým zrakom môžu niekedy presne opísať okolie svojho fyzického tela, hoci nemajú žiadne iné možnosti, odkiaľ by získali takéto informácie. Ak je to pravda, prečo by sme nemohli spraviť ďalší logický krok? Skúsme teda zistiť, či môžu slepci vidieť, ak sa ocitnú zoči-voči smrti.

Hoci to môže znieť neveriteľne, ale správy o zážitkoch na prahu smrti, opierajúce sa o vnímanie nevidomých, kolujú už veľa rokov. Bádateľia, ktorí sa snažili vystopovať zdroje takýchto tvrdení boli neúspešní.¹ Prinajmenšom v jednom prípade dokonca vieme, a to vďaka dodatočne priznanej úprimnosti autora, že takéto historky sa schválne vymýšľali práve preto, lebo sa o tom často hovorilo.²

Veľmi ma táto možnosť lákala a keďže by mohla poskytnúť konečné overenie pravdivosti zrakových vnemov počas zážitku na prahu smrti — ako aj odvážnu výzvu pre skeptikov — nedávno som sa rozhodol, že takéto prípady vyhľadám. S mojou spolupracovníčkou Sharon Cooperovou sme začiatkom roka 1994 nadviazali kontakty s niekoľkými národnými, regionálnymi, štátnymi a miestnymi organizáciami pre nevidiacich a požiadali ich o pomoc pri hľadaní potenciálnych respondentov. Vysvetlili sme im, že máme záujem o ľudí, ktorí boli slepí v čase ich zážitku na prahu smrti alebo počas mi-

motelesného vnímania a boli by ochotní o svojich zážitkoch s nami hovoriť.

Po troch rokoch práce sme výskum dokončili a v tejto kapitole vám chcem podať jeho prvé, predbežné výsledky.³ Uvádzam tu krátky prehľad našich výsledkov súvisiacich s otázkou či nevidiaci naozaj niekedy tvrdia, že počas ohrozenia života niečo videli. Na začiatok bude pre vás iste zaujímavé poznať ľudí, s ktorými sme sa mohli rozprávať a povedali nám o tom, čo si pamätajú z toho kritického obdobia ich života.

Naša prvá respondentka bola Vicki Umipegová, na ktorú ma upozornila moja priateľka Kimberly Clarková (teraz Kimberly Clarková-Sharpová). Spomínal som ju už v súvislosti s príbehom Marie v nemocnici v Seattli. Vo februári 1994, keď sme s Cooperovou začínali náš výskum, jedného dňa mi zavolała Clarková, ktorá sa už dlho zaoberala výskumom zážitkov na prahu smrti a viedla podpornú terapeutickú skupinu v Seattli. Celá vzrušená mi oznámila svoj ďalší šťastný objav: Našla slepú ženu, ktorá mala dokonca až dva zážitky na prahu smrti a mala čoskoro prehovoriť v jej terapeutickú skupinu. Bol som samé ucho a na konci rozhovoru mi pani Clarková sľúbila, že mi pošle nahrávku jej rozprávania a sprostredkuje aj naše stretnutie.

Onedlho som dostal pásku s nahrávkou a o pár dní som Vicki zavolał. Odvtedy som s ňou hovoril telefonicky veľakrát a dvakrát som mal možnosť stretnúť ju aj s manželom pri ich návšteve Seattlu. Spolu so Sharon sme s ňou dlho hovorili o jej zážitkoch i celom živote. Po tom všetkom mi teda dovoľte, aby som vás s ňou zoznámil a povedal niečo o jej zážitkoch.

Keď som s ňou hovoril prvýkrát, mala štyridsaťtri rokov, bola vydatá a mala tri deti. Ona sama sa narodila predčasne a vážila iba poldruha kilogramu. Na stabilizáciu detí v inkubátoroch sa vtedy používal kyslík. Vicki ho však dostala priveľa, čo malo za následok poškodenie očného nervu. Jeden chybný zákrok spôsobil, že bola od narodenia úplne slepá.

Na živobytie si zarába spevom a hrou na klávesových nástrojoch. V poslednom čase však pre zdravotné a rodinné problémy pracuje oveľa menej. Mala mimoriadne ťažký život, plný utrpenia, zneužívania a tragických strát. Pre mňa, Clarkovú i ostatných, ktorí ju počuli rozprávať, je prekvapujúce, ako to

všetko mohla znášať s takou eleganciou a odvahou. Aj keby bolo dobré poznať viac detailov z jej života, myslím, že to, čo nás najviac zaujíma, sú jej spomienky na zážitok na prahu smrti.

Ako som už spomenul, Vicky ho zažila dvakrát. Prvýkrát to bolo v dôsledku zápalu slepého čreva. Druhý, oveľa silnejší, zážitok spôsobila dopravná nehoda, ktorá sa stala, keď sa ako dvadsaťdvaročná vracala z večerného vystúpenia.

Keď som počúval nahrávku, okamžite ma zaujali jej slová o oboch zážitkoch, hneď na začiatku: „Len v súvislosti s tými-to dvoma zážitkami môžem hovoriť o videní, o tom, čo je svetlo, pretože som ho zažila. Mohla som vidieť.“

Keď som počul tieto slová prvýkrát, prebehli mi zimomriavky po chrbte. Jednoznačne potvrdila, že bola schopná vidieť. Bol som si istý, že sme na niečo prišli, museli sme však zistiť toho viac.

Pri ďalšom počúvaní som získal ucelenejšiu predstavu o jej zážitku, ale ak som chcel poznať všetky detaily potrebné pre náš výskum, musel som s ňou hovoriť osobne. Onedlho sa naše stretnutie uskutočnilo.

V jednej chvíli počas jej druhého zážitku sa ocitla mimo svojho tela. Poprosil som ju, aby mi to bližšie opísala.

VU: To prvé, čo som si naozaj uvedomila bolo, že som hore pri strope a počula som rozprávať lekára — bol to muž — a pozrela som sa dolu a videla som to telo a spočiatku som si nebola istá, či je moje. Spoznala som si vlasy. (Pri neskoršom rozhovore uviedla ešte jeden znak, ktorý jej pomohol spoznať sa a bol to veľmi nezvyčajný snubný prsteň, ktorý nosila).

KR: Ako vyzerali?

VU: Boli veľmi dlhé... až po pás. Časť z nich mi odstrihli, čo ma vtedy nahnevalo. (V tej chvíli počula ako lekár povedal sestre, že mu je ľúto, ale pre zranenie ucha bude táto pacientka nielen slepá, ale aj hluchá). Vnímala som aj ich pocity. Tam z toho miesta pri strope som vedela, že sa veľmi snažia a videla som, čo všetko so mnou robili. Videla som na hlave otvorenú ranu a veľa krvi. (Neviedla uviesť farbu a, ako hovorí, stále nemá predstavu o farbe. Snaží sa komunikovať s lekárom a sestrou, ale nedarí sa jej to a cíti safrustrovaná).

KR: Keď sa vám nepodarilo s nimi komunikovať, čo ste si potom zapamätali?

VU: Vyšla som hore cez strechu. To bolo niečo úžasné!

KR: Aké to bolo pre vás?

VU: Och! Bolo to akoby strecha neexistovala... jednoducho sa rozplynula.

KR: Mali ste pocit, že sa pohybujete nahor?

VU: Ano, uhm, uhm.

KR: Ocitli ste sa nad strechou nemocnice?

VU: Áno.

KR: Co ste vnímali, keď ste tam prišli?

VU: Svetlá a ulice dolu, podo mnou a všetko. Strašne som bola z toho zmätená. (To všetko sa dialo pre nu príliš rýchlo a zistila, že videnie ju dezorientuje a mýli. V jednom momente hovorí dokonca o tom, že videnie bolo pre ňu „desivé“).

KR: Videli ste pod sebou strechu nemocnice?

VU: Áno.

KR: Co ste videli okolo seba?

VU: Videla som svetlá.

KR: Svetlá mesta?

VU: Áno.

KR: Videli ste budovy?

VU: Ano, videla som aj iné budovy, ale to všetko bolo také rýchle.

Len čo začne Vicki stúpať nahor, všetko sa deje závratnou rýchlosťou. Čím viac ju pohlcuje jej zážitok, tým viac sa jej zmocňuje pocit slobody (nazýva to pocitom akejsi bezstarostnosti) a radosti z odpútania od telesných obmedzení. Netrvá to však dlho, pretože takmer okamžite ju čosi vtiahne do akejsi trubice a ženie sa k svetlu. Na tejto ceste si začína uvedomovať očarujúcu harmóniu hudby pripomínajúcu hru na xylofón. Počas toho stále vidí.

Očitá sa na osvetlenom poli, pokrytom kvetmi a stretáva dve deti, ktoré už dávno zomreli a spriatelila sa nimi v čase, keď spolu chodili do školy pre nevidiacich. Vtedy boli výrazne retardované, ale teraz vyzerali plné života, zdravé a bez niekdajších pozemských nedostatkov. Cíti, ako ju chce s láskou privítať a chce ísť k nim. Vidí aj iné osoby, ktoré poznala v živote,

ktoré však už zomreli (napríklad jej opatrovníčku a starú mamu) a cíti sa byť priťahovaná aj k nim.

Predtým ako stihne s nimi nadviazať bližší kontakt, objaví sa žiariaca postava — oveľa jasnejšia ako ostatné - postaví sa pred ňu a jemne jej zablokuje cestu. Vicki v nej intuitívne spoznáva Ježiša (a opisuje podrobne jeho tvár, zvlášť oči a odev). V jeho prítomnosti sa jej otvorí spätný pohľad na celý jej život. Vidí v ňom členov rodiny, priateľov a potom sa dozvie, že sa musí vrátiť, pretože má mať deti. Táto správa ju mimoriadne vzruší, pretože vždy snívala o tom, že bude matkou a teraz sa jej zmocní vnútorné presvedčenie, že sa to po jej návrate aj stane. Predtým však, ako z tejto ríše svetla odíde, svetelná postava jej oznámi, aké dôležité pre ňu je, aby sa naučila „žiť s láskou a odpúšťaním“ (a ako mi Vicki povedala, boli to prorocké slová a stali sa skúšobným kameňom pre jej nasledujúci život).

V tej chvíli sa ocitla späť vo svojom tele a opäť pocítila ťažkopádnosť a intenzívnu bolesť telesného bytia.

Aj z tohto krátkeho opisu môžete vidieť, že hoci bola Vicki od narodenia slepá, mala rovnaký zážitok na prahu smrti ako vidiaci ľudia. Vidí navyše nielen tento svet, ale aj oblasť mimo neho, rovnako ako ju vnímajú ostatní. Okrem zrakovej dezoorientácie, ktorá sa stratila počas neskoršieho štádia zážitku a jej neschopnosti rozlišovať farby, v jej rozprávaní nenájde nič, čo by nám prezrádzalo, že ide o nevidiacu ženu. Pokiaľ ide o jej zážitok na prahu smrti, v jej vlastnom ponímaní, nebola vtedy vôbec slepá.

V úvode tejto kapitoly sme stručne spomenuli možnosť, že zážitky na prahu smrti by mohli byť snovými stretnutiami so svetom nadprirodzených javov. I keď sme neobjavili nič, čo by túto hypotézu podporilo, môžeme sa k nej vrátiť v súvislosti so zážitkami nevidiacich. Ak je zážitok na prahu smrti niečo ako sen, nevidiaci by si mali všimnúť medzi nimi nejaké podobnosti. Uvažoval som nad touto možnosťou a na konci rozhovoru s Vicki som sa jej na to opýtal.

KR: Ako by ste porovnali vaše sny so zážitkami na prahu smrti?

VU: Vôbec, ale vôbec sa nepodobajú.

KR: Máte v snoch nejaké zrakové vnemy?

VU: Žiadne. Žiadne farby, nijaké videnie, ani tiene, či svetlo, vôbec nič.

KR: Aké vnemy si uvedomujete v snoch?

VU: Chuť — mám veľa snov o jedení (smeje sa). A mám sny, že hrám na klavíri a spievam, tým sa vlastne živím. Mám sny, v ktorých sa dotýkam vecí... ochutnávam veci, dotýkam sa vecí, počujem a vnímam vône — to sú moje sny.

KR: A žiadne zrakové vnemy?

VU: Nie.

KR: To, čo ste vnímali počas zážitku na prahu smrti, bolo teda celkom odlišné od vašich snov?

VU: Ano, v mojich snoch nemám žiadne zrakové vnemy.

KR: Je teda správne konštatovať, že podľa vašej mienky tento váš zážitok nemal povahu sna?

VU: Nie, nemal nič podobné so snom. Nebolo to nič také.

Príbeh Vicki — jej života i zážitku na prahu smrti - je nezvyčajný. Jej samotný život, ako som už naznačil, bol plný tráum, chorôb a iných ťažkých skúšok, takže je až udivujúce, ako ich vôbec prežila a mohla nám o nich povedať. Možno vďaka jej výrečnosti sú jej zážitky v detailoch také pozoruhodné. (Mám vyše sto strán prepísaných rozhovorov okrem jedného, ktorý som viedol sám.) Vicki preto nie je pre nás „priemerná“ osoba a dokonca ani „priemerná“ nevidiaca osoba.

Jej príbeh nie je medzi nevidiacimi ojedinelý. Hovorili sme potom s ďalšími nevidiacimi, ktorých zážitky majú veľa spoločného s príbehom Vicki, vrátane tvrdenia, že aj oni počas týchto epizód videli. Dovoľte mi ako porovnanie uviesť krátke zhrnutie zážitku nevidiaceho muža z Connecticutu.

Brad Barrows mal v čase nášho rozhovoru tridsaťtri rokov a na prahu smrti sa ocitol, keď mal osem. Stalo sa to v zime roku 1968 v stredu pre slepé deti v Bostone. V tom čase dostal Brad zápal pľúc a v kritickej chvíli sa začal dusiť. Ošetrovateľky mu potom povedali, že sa mu zastavilo srdce, zrejme aspoň na štyri minúty a museli použiť kardio-pulmonárnu resuscitáciu, aby ho oživil.

Brad si spomína, že keď už nemohol dýchať, pocítil ako sa dvíha z postele a začína sa vznášať cez miestnosť smerom k stro-

pu. Videl pritom na posteli ležať svoje telo bez života. Zbadal aj spolubývajúceho ako vstal z postele a šiel hľadať pomoc. (Tento to neskôr potvrdil). Začal potom rýchle stúpať nahor a prešiel cez strop budovy až sa ocitol nad jej strechou. Vtedy si uvedomil, že všetko jasne vidí.

Odhaduje, že sa to mohlo stať medzi pol siedmou a siedmou hodinou ráno. Všimol si, že obloha je zamračená a tmavá. Deň predtým bola snehová búrka a Brad videl všetko pokryté snehom. Iba ulice po zásahu pluhom boli pokryté snehovou brečkou. (Podal veľmi podrobný opis ako vyzeral sneh). Všimol si aj pásy snehu nahrnuté pluhom. Videl prejsť okolo električku. Nakoniec rozoznal aj ihrisko, ktoré používali školské deti a neďaleký kopec, na ktorý zvykol chodiť.

Keď som sa ho opýtal či tieto veci „poznal alebo videl“, odpovedal mi: „Jasne som ich vnímal zrakom. Zrazu som ich zbadal a videl... pamätám sa... že som videl celkom jasne.“

Keď sa táto časť jeho zážitku skončila (a ako povedal, prešla veľmi rýchle), ocitol sa v tuneli a z neho vyšiel na obrovské pole ožiarené veľkým, všetko prenikajúcim svetlom. Všetko tam bolo dokonalé.

Aj v tejto oblasti jasne videl, bol však zmätený vlastným zrakovým vnímaním. Uvedomil si, že kráča po nejakom chodníku obklopenom vysokou trávou a videl vysoké stromy s obrovskými listami. Nevidel nijaké tiene.

Zatiaľ čo bol na tomto poli, uvedomil si, že počuje krásnu hudbu, s akou sa nedá porovnať nič na zemi. Kráčal za jej zvukom, až prišiel k nejakému kopcu, na ktorý vystúpil a zbadal pred sebou budovu z ligotavých kameňov. Žiarila tak jasne, že mal pocit akoby horela. Nebola však horúca a vošiel do nej. Tá hudba znela aj tu a zdalo sa mu, že chváli Boha. Tu stretol bytosť, ktorú nepoznal, ale vyžarovala z nej ohromujúca láska. Bez slova a jemne nasmerovala Brada naspäť, čím spustila v jeho zážitku obrat do protismeru. Prebral sa zasa v posteli, ako lapá po dychu a vedľa neho sedia dve ošetrovateľky.

Brad, podobne ako Vicki, bol slepý od narodenia.

Ak porovnáme ich príbehy, vidíme, že majú takmer rovnakú štruktúru. Obaja majú zážitok mimo tela a z miesta blízko stropu sledujú svoje telo. Brad potom, podobne ako Vicki

(a žena z nemocnice v Hartforde, ktorá objaví na streche červenú topánku), stúpa cez poschodia školy a dostáva sa nad jej strechu, odkiaľ vidí rannú scenériu mesta pod ním. Aj on hovorí, že tento zážitok prešiel veľmi rýchle a podobne ako Vicki ho vtiahlo do tunela a vynára sa na osvetlenom poli. A tak ďalej. Existujú ešte ďalšie spoločné črty a myslím si, že nie je potrebné uvádzať každú z nich, aby sme sa uistili, že obaja nevidiaci sa snažia opísať podobný zážitok. Pozoruhodnejšie je samozrejme to, že ani jeden z nich nemal predchádzajúce skúsenosti so svetom vidiacich a navzájom sa nepoznali. Navyše, obaja mali zážitok pred tým, ako začal moderný výskum, ktorý v roku 1975 inicioval Moody knihou *Život po živote*.

Brad okrem toho rovnako ako Vicky jasne vníma rozdiel medzi zrejmovou schopnosťou zrakových vnemov počas zážitku na prahu smrti a ich úplnou absenciou počas snov. Pri otázke na túto okolnosť odpovedal: „Mám rovnakú úroveň vedomia v snoch ako počas bdenia. Znamená to, že pracujú všetky moje zmysly... okrem zraku. Keď snívam, nemám žiadne vizuálne vnemy.

Vicki a Brad patria určite medzi naše najpôsobivejšie prípady. Zároveň sú to úplne typické prípady našej vzorky ako celku v tom, že ich opis zážitku na prahu smrti sa nelíši od opisu vidiacich respondentov. Pre náš výskum sme našli tridsaťjeden ľudí (štrnásť z nich boli slepí od narodenia), dvadsaťjeden z nich malo zážitok na prahu smrti (ostatní mali zážitok mimotelesného vnímania bez život ohrozujúcej situácie). Zážitky na prahu smrti u nevidiacich sa v ničom nelíšia od ich klasickej štruktúry a nemenia sa ani z hľadiska histórie zrakového postihnutia danej osoby, t. j. či sa ako nevidiaca narodila alebo stratila zrak neskôr, alebo či má aspoň minimálne zrakové vnímanie (ako to bolo v niekoľkých prípadoch).

Osemdesiat percent nevidiacich respondentov tvrdilo, že počas zážitkov videli a, podobne ako Vicki a Brad, často videli predmety a osoby z tohto ale aj iného sveta. (Niekoľkí ďalší nevidiaci, okrem Vicki, uviedli, že mohli zrakom sledovať prehľad vlastného života). Mal by som však ešte poznamenať, že aj v prípadoch, keď respondent nehovoril o zrakových vnemoch, nie vždy je jasné, či ich naozaj nevnímal, alebo jednoducho iba

nedokázal rozpoznať ich prítomnosť. Taká neistota je zvlášť zrejmä v prípade, ak sa respondenti slepí už narodili. Jeden muž, ktorého sme zaradili medzi respondentov bez zrakových vnemov, sa napríklad priznal, že nevedel ako má opísať svoje vnemy počas zážitku, pretože „nevedel, čo máme na mysli pod pojmom videnie“.

Aké majú naši respondenti pocity z toho, že počas týchto epizód videli? Všimli sme si už, že zrakové vnemy Vicki a Brada boli mimoriadne jasné a podrobné, zvlášť, keď sa ocitli v nadpozemských častiach svojho výletu. Hoci nie všetci naši nevidomí respondenti mali jasne rozlíšiteľné zrakové vnemy, bolo ich dosť na to, aby sme mohli dospieť k záveru, že ich prípady možno považovať v tomto smere za reprezentatívne.

Jedna zo skúmaných osôb stratila zrak po úraze, keď mala dvadsaťdva rokov, predtým bola krátkozraká. Počas operácie mala zážitok na prahu smrti, v ktorom zrazu videla svoje telo, lekára a operačnú miestnosť: „Viem, že som videla a nemala som vidieť... A viem, že som videla všetko... Bolo to také jasné, keď som bola von. Videla som detaily a všetko.“

Ďalší muž, ktorý stratil zrak pri autonehode ako devätnásť-ročný, mal počas neskoršieho zážitku na prahu smrti utešujúcu víziu starej mamy, ktorú videl prechádzať údolím. O jasnosti svojho vnemu povedal: „Nevidel som, pretože pri nehode som si úplne zničil oči, ale moja vízia bola veľmi jasná a zreteľná... Počas tohto zážitku som videl dokonale.“

Iný muž, ktorý nevidel od narodenia, sa ocitol počas transcendentálnej fázy svojho zážitku v obrovskej knižnici, kde videl „tisíce a milióny a miliardy kníh, pokiaľ len oko dovidelo“. Keď dostal otázku, či ich vidí vlastnými očami, odpovedal: „Och, áno.“ Keď zaznela otázka, či ich vidí jasne, odpovedal: „Samozrejme.“

„Si prekvapený, že takto vidíš?“

„Ani trochu.“

„Ale veď ty nevidíš!“

„Samozrejme, že vidím. Pozri na tie knihy. To je dostatočný dôkaz, že vidím.“

Na záver tejto časti by som chcel pospájať všetky uvedené prípady v jednom špeciálnom, ilustratívnom príbehu ďalšej ne-

vidiacej respondentky, ktorú budem volať Marsha. V čase nášho rozhovoru mala štyridsať rokov, bola vydatá a žila v štáte Connecticute. K zážitku na prahu smrti došlo v januári 1986 v dôsledku komplikovaného tehotenstva.

Podobne ako Vicky, aj Marsha sa narodila predčasne a to po šiestich mesiacoch tehotenstva s nedostatočne vyvinutou sieťnicou. Na rozdiel od Vicky vždy mala trochu schopnosti videnia. Povedala nám o tom: „Trochu vidím na ľavé oko, ale nie veľa. Čítať nedokážem, ale vidím ľudí a veci, ale vyzerajú... rozmazane.“ Lekárske vyšetrenia potvrdili, že jej schopnosť vidieť je mimoriadne malá (napr. používa vodiaceho psa) a pre účely nášho výskumu sme ju klasifikovali ako zrakovo silne postihnutú.

V jej prípade môžeme veľmi dobre vidieť, ako sa schopnosť videnia u takýchto ľudí nielen zlepší, ale môže skutočne dosiahnuť stupeň dokonalosti. V rozhovore sa vyjadrila jednoznačne, že jej zvýšená ostrosť videnia trvala počas vnímania mimo tela, ako aj počas nadpozemskej fázy jej zážitku. Pokiaľ ide o vnímanie mimo tela, Marsha nám povedala, že keď sa vracala, uvedomila si, že vidí svoje telo.

Ja: Môžete ho opísať? Videli ste ho detailne?

M: Ano, vyzeralo ako moje. Akoby som bola spala.

Ja: Aké bolo vaše videnie, ak sa môžem tak opýtať, keď ste sa na seba pozerali?

M: Bolo dobré... normálne.

Ja: Keď hovoríte, že bolo normálne, myslíte tým jasné?

M: Ano, všetko. Nemala som s tým problém.

Pokiaľ ide o kvalitu vnímania nadpozemského vnímania:

Ja: Videli ste lepšie ako vo Jyzickom svete?

M: Och, áno.

Ja: Aké bolo vaše zrakové vnímanie v tejto miestnosti (v nadpozemskej časti zážitku)?

M: Všetko, videla som všetko... Všetkých ľudí, celou cestou späť. Všetko.

Ja: Aké to bolo? Mohli by ste byť konkrétnejšia?

M: Bolo to dokonalé. Nebolo to ako tu. Nebol tam žiaden problém. Bolo to, viete, ako — všetko, mohli ste vidieť všetko. To nebolo ako keď pozeráte ocami. Neviem, aké to je, keď človek vidí normálne. Nebolo to ako keď pozerajú vaše oči. Nemohli to byť moje oči, pretože moje oči ostali tu. Videla som v miestnosti zlato. Zlato na stenách. Boli tam biele vtáky a anjeli a všetci tí ľudia.

Ja: Keď ste videli vtákov a ľudí a miestnosť, videli ste to všetko detailne alebo tak, ako to vidíte teraz?

M: Nie, nie. Bolo to v detailoch. Bolo tam biele svetlo. Všetko tam bolo v bielom svetle. A na stenách bolo zlato.

Pri neskoršom uvažovaní nad vnímaním farieb v tejto fáze jej zážitku, Marsha bola podobne presvedčená o tom, čo videla:

Ja: Videli ste počas zážitku farby jasne?

M: Ano. Všetko bolo také aké má byť.

Keď sme nakoniec overovali jej ďalšie spomienky na zrakové vnímanie počas zážitku na prahu smrti, nastal nasledujúci rozhovor:

Ja: Keby ste mali povedať, koľko ste toho videli v čase vášho zážitku, dalo by sa to nejako vyjadriť?

M: Bolo to jednoducho dokonalé. Neviem si predstaviť že by to nebolo dokonalé. Nemôžem povedať, že som videla tak ako vidím teraz... Videla som všetko (vtedy).

Ja: Napadá vám niečo v súvislosti s tým, že vtedy ste videli?

M: Nuž, bola to vízia, ale myslím, že som nevidela mojimi očami. Neviem ako to funguje, pretože moje oči ostali tu a keďže nie sú v poriadku a ja som všetko dobre videla, musel to byť nejaký zvláštny spôsob videnia.

Hoci má Marsha určité obmedzené zrakové schopnosti, je asné, že jej opis kvality videnia je rovnaký ako v prípade Vicki a Brada, hlavne v oblasti mimo tohto sveta. V ňom vidí bezchybne a do detailov, čo ju udivuje a pre čo nemá žiadne vysvetlenie. A podobne ako Vicki a Brad, ktorí pri rozhovore

s nami spomenuli akúsi prirodzenosť videnia v inom svete, aj ona použila takmer rovnakú frázu, keď povedala: „Všetko bolo také, aké malo byť.“ Aj svoje telo videla jasne a zreteľne, čo je v protiklade s jej každodenným videním. Jej svedectvo je ako celok tak presvedčivé ako aj konzistentné a dokazuje nám, že u zrakovo postihnutých ľudí sa môže zrak v prípade blízkeho kontaktu nielen znormalizovať, ale aj dosiahnuť mimoriadnu ostrosť.

Záverom môžeme zhrnúť, že naše rozhovory s ľuďmi, ktorí mali zážitky na prahu smrti alebo mimotelesného vnímania poskytujú dostatok dôkazov o tom, že nevidiaci pri nich často majú zrakové vnemy, že vidia objekty z tohto sveta ako aj iných oblastí a často ich vnímajú jasne a detailne a to dokonca aj tí, ktorí sa ako nevidiaci už narodili.

DÔKAZY PRAVDIVOSTI ZRAKOVÝCH VNEMOV

Aby sme mohli dokázať, že zrakové vnemy nevidiacich počas ich zážitkov sú niečím viac než fantastickými predstavami alebo zložitými halucináciami, potrebujeme predložiť presvedčivé dôkazy - najlepšie od nezávislých svedkov alebo spoľahlivej dokumentácie. Práve tu, čo vôbec neprekvapuje, sa však ukazuje problém ako obstať nejaké overenie, ktoré by pomohlo potvrdiť pravdivosť výpovedí. Dôvody sú celkom zrejmé: V mnohých prípadoch (Vicki a Brad sú v tomto ohľade typickými prípadmi) došlo k zážitkom pred dlhým časom a násť svedkov už bolo nereálne. Inokedy potenciálni svedkovia zomreli alebo rozhovor s nimi sa jednoducho nedal realizovať. Mnohé svedectvá našich respondentov sa tak opierajú iba o pravdivosť a spoľahlivosť ich pamäte. Nemali sme spravidla dôvod na spochybňovanie úprimnosti našich respondentov, ale samotná úprimnosť nie je dôkazom a čestné slovo môže mať sotva platnosť dôkazu.

Prinajmenšom v troch prípadoch sme mohli získať určité dôkazy a v jednom prípade dokonca veľmi presvedčivý dôkaz o tom, že tvrdenia nevidiacich vychádzajú z priameho a presného, aj keď

prekvapujúceho, pozorovania situácie. V tejto časti predkladám tri nové prípady, pomocou ktorých chcem do istej miery potvrdiť dôveryhodnosť zrakových vnemov nevidiacich.

Náš prvý príklad sa týka zrejme pravdivého vnímania počas zážitku mimo tela, v ktorom respondent videl seba samého. Tento prípad je však pre nás zaujímavý v tom, že tento človek videl niečo, čo sa nemohol dozvedieť normálnou cestou. Navyše nám povedal, že jeho svedectvo potvrdil jeden jeho priateľ. O tomto príbehu nám rozprával muž, ktorého budem volať Frank.

Frank má šesťdesiatšesť rokov a úplne oslepol v roku 1982. Nevidí teraz vôbec a nerozlišuje ani svetlá a tieň. Od oslepnutia mal niekoľko zážitkov mimo tela. Jeden z nich si tu pripomenieme.

Okolo roku 1992 ho jedna jeho priateľka mala odviezť autom na nočné bdenie pri zosnulom spoločnom priateľovi. Frank si celú udalosť pamätá takto:

Ráno som jej povedal: „Doparoma, nemám poriadnu kravatu. Kúpila by si mi nejakú?“ Odpovedala: „Ano, vyberiem ti ju, keď budem u Mela (obchod s odevmi)“. Tak ju kúpila, doniesla mi ju a povedala: „Nemôžem ostať. Musím sa ísť domov pripraviť, aby som ťa mohla odviezť“. Tak som sa obliekol a dal si tú kravatu. Nepovedala mi o nej nie, ani akú má farbu. Ležal som na gauči a uvedomil som si, ako opúšťam svoje telo. A videl som moju kravatu. Tú, čo som mal na sebe. A bol na nej krúžok — bol červený — a okolo neho bol sivý krúžok, dva sivé krúžky na nej. Pamätám si to.

V ďalšom rozhovore som sa pokúšal zistiť nejaké podrobnosti:

Ja: Povedzte mi teda časový priebeh. Ležali ste a mali na sebe tú kravatu a videli ste, ako vystupujete z tela. Čo ste videli potom?

F: Videl som tú kravatu, pretože som vám povedal jej farbu.

Ja: Povedali ste to priateľke, ktorá vás viezla?

F: Ano, keď prišla po mňa... A keď prišla, opýtal som sa: „Sú tie krúžky na kravate sivé?“ A ona povedala: "Ano".

Ja: Bola prekvapená, keď to počula?

F: Ano. Povedala: „Ako si to poznal? Bol tu niekto?“ Odpovedal som: „Nie, nikto tu nebol.“ Viete, nemôžete im to hovoriť (smeje sa), lebo to proste neakceptujú, neveria tomu.

Ja: Pamätáte si ešte teraz ako kravata vyzerala?

F: Ano. Má ružovúfarbu a sú na nej krúžky s bodkami uprostred. Bielo-sivé knižky. A je to krásna kravata, lebo všade, kde idem, si ju všimnú. A tak sa ma spýtala: „Kto ti to povedal?“ A ja som odvetil: „Nikto. Len som tak uhádol.“ Nechcel som jej to o tom hovoriť ako som povedal... niektoré veci nemôžete ľuďom rozprávať.

Po vypočutí tohto príbehu sme boli veľmi zvedaví, či by bolo možné vystopovať ženu, ktorá bola do tejto príhody zapojená. Nebolo to ľahké, pretože Frank s ňou medzitým kontakt stratil. Nakoniec sa mu ju podarilo nájsť a spojil nás s ňou bez toho, aby jej povedal o čo ide. Sharon Cooperová zorganizovala rozhovor s otvoreným koncom a neskôr ho takto zhrnula:

Zavolala som jeho priateľke, ktorá mi potvrdila, že kúpila vtedy Frankovi na nočné modlitby kravatu. Nepamätala si však presné poradie udalostí toho dňa, aby mohla potvrdiť presnosť Frankovho príbehu a nespomenula si ani na presný vzor a farby na kravate. Dodala, že Frank je veľmi realistický človek a pokiaľ ho ona pozná, nevymýšľa si historky. Hoci teda nemohla nezávisle potvrdiť jeho rozprávanie, prikláňala sa k tomu, že pokiaľ ide o podrobnosti, mal Frank pravdu.

Hoci nám teda v tomto prípade na potvrdenie pravdivosti chýbajú kľúčové údaje, všetko veľmi jasne nasvedčuje, že spomienky nášho respondenta sú v podstate presné. Určitú neistotu a nedostatočnú dôkaznosť tohto príbehu napráva čiastočne môj druhý príklad a ešte presvedčivejšie je to v poslednom, v ktorom sme získali priame a nezávislé potvrdenie výpovede respondenta.

Druhý - a tak trochu zábavný — príklad možného pravdivého vnímania zrakovo postihnutej osoby mi pred niekoľkými rokmi opísala Ingegard Bergströmová, ďalšia bádatelka v tejto

oblasti. Stalo sa to po mojej prednáške vo Švédsku, v ktorej som hovoril o našich, vtedy ešte len predbežných, zisteniach o zážitkoch na prahu smrti u nevidiacich. V štúdii, ktorú nedávno dokončila, mala možnosť hovoriť so ženou, ktorá bola v čase zážitku, ako aj desať rokov pred ním, prakticky slepá. Zastavilo sa jej srdce, keď sedela v kuchyni a videla pritom v umývadle hľbu špinavých tanierov, čo by za normálnych okolností vidieť nemohla. Uviedla to počas rozhovoru za prítomnosti manžela a ten ju hneď prerušil otázkou, prečo mu to vtedy nepovedala. „Lebo si sa na to nepýtal,“ odpovedala s istou trpkosťou, ako sa Bergströmovej zdalo. V nasledujúcej písomnej správe, ktorú mi pani Bergströmová láskavo poslala, sa hovorí o tom, ako sa pri týchto slovách na tvári manžela objavil pocit znepokojenia a viny, pretože umývanie riadu bolo jeho povinnosťou⁵ (Bergströmová, osobná komunikácia, 3. november 1994).

V našom poslednom prípade sa zameriame na štyridsaťjeden ročnú ženu, ktorú budem volať Nancy. V roku 1991 sa podrobila biopsii v súvislosti s podozrením na rakovinu prsníka. Počas tohto zákroku jej chirurg neúmyselne preťal jednu žilu a potom dokonal chybu tým, že ju zašil, čím spôsobil rôzne zdravotné postihnutia, vrátane slepoty. Prišlo sa na to, až keď vyšetrovali Nancy v pooperačnej miestnosti. Pamätá sa ako sa prebrala a začala kričať: „Som slepá, som slepá!”

Krátko po tom ju na vozíku viezli chodbou na röntgenové vyšetrenie. Ošetrovatelia sa veľmi ponáhľali a narazili pritom vozíkom do zatvorených dverí na výťahu, kedy zažila stav mimo tela.

Povedala nám, že sa vznášala nad nemocničným vozíkom a videla na ňom svoje telo. Zároveň videla celú chodbu, kde v šoku stáli dvaja muži — jej otec a terajší milenec. Pamätá si, aká bola zmätená, keď videla ako tam stoja s otvorenými ústami a nepohnú sa k nej ani o krok. Tu jej spomienky na zážitok končia.

Chceli sme si jej výpoveď overiť a rozprávali sme sa s oboma mužmi. Otec si nepamätal presné podrobnosti tejto epizódy, noci sa jeho podanie v hrubých rysoch s Nancy zhodovalo. Leon si príhodu zapamätal a nezávisle potvrdil všetky hlavné

údaje. Uvádzam tu úryvky z nášho rozhovoru, ktoré sa vzťahujú k hlavnej epizóde:

L: Bol som na chodbe vedľa chirurgie a práve s ňou vychádzali, ale nevedel som, že to je ona. Bolo vidieť, že sa ponáhľajú.

Ja: Odkiaľ sa ponáhľali?

L: Myslím, že z chirurgického oddelenia, kde bola v pooperačnej miestnosti. Videl som tých ľudí vychádzať. Videl som ako tlačili vozík. Boli tam štyria alebo piati a ja som sa pozeral a povedal som si: „Bože, veď to je asi Nancy.“ Tvár a hornú časť tela mala také opuchnuté, že boli azda dvakrát tak veľké ako normálne. Len som na ňu pozeral a povedal som: „Nancy, Nancy,“ ale zrejme nič nevnímala. Bola úplne mimo. A povedali mi, že ju berú dolu na rontgen.

Ja: Kto vám to povedal?

L: Myslím, že sestra, ale nie som si celkom istý. Myslím, že som bol stále v šoku. Bol to pre mňa dlhý deň. Očakávate hodinovú procedúru a možno po desiatich hodinách stále ešte neviete toho veľa. Myslím, že to bola sestra. Viem, že som sa na to pýtal. A myslím, že tam bol aj Dick (otec dieťaťa Nancy). Myslím, že sme sa spolu na chodbe rozprávali.

Ja: Pamätáte sa ako ďaleko ste boli od Nancy?

L: Keď som ju zbadal, bola tak na tridsať metrov a potom prešla rovno okolo nás. Bol som od nej tak asi meter alebo poldruha metra. A myslím, že aj Dick bol hneď vedľa mňa.

Ja: A viete, ako ju vlastne viezli? Bola na nemocničnom vozíku?

L: Ano, bola na vozíku a mala napojenú nejakú infúziu... nie som si istý. Myslím, že mala aj nejaký prístroj na dýchanie. Možno nejakú kyslíkovú masku.

Ja: A kde ju viezli?

L: Išli s ňou dolu na rontgen.

Ja: Ako?

L: Vzali ju dolu na vozíku služobným výťahom. Nešli k normálnemu výťahu. Viezli ju za roh k služobnému výťahu.

Ja: Videli ste celý priebeh?

L: Ano, videl.

Ja: Videli ste ako vošla do výťahu?

L: Ano, pretože som zašiel za nimi a pozeral ako ju tam dávajú-

Ja: Pamätáte si na nejaký problém, ktorý pritom vznikol?

L: Myslím, že všetci okolo nej si uvedomovali naliehavosť prípadu. Aj ja som pracoval v nemocnici na pohotovosti a viem sa do toho vžiť. Myslím, že niekto z nich sa chcel rýchle dostať do výťahu a zaznelo tam také niečo ako: „Och, nejde to, pohni sa s tým trochu nabok.“ Museli sa nejako premiestniť, aby sa tam dostali. Ale išlo im to veľmi rýchlo.

Ja: Videli ste jej tvár?

L: Ano a to ma naozaj šokovalo. Bola strašne opuchnutá. Vôbec sa na seba nepodobala. Viem, že to bola ona, viete — poznal som ju, bol som ako zdravotník vo Vietname a bolo to, akoby ste videli telo po jednom dni, keď už napuchlo. Bol to rovnaký pohľad.

Ako sme už naznačili, je zrejmé, že Leonovo rozprávanie vo všetkých hlavných bodoch potvrdzuje slová Nancy a to i napriek tomu, že on sám mal veľké obavy z jej zdravotného stavu a keď ju zbadal, nemohol ju takmer spoznať. Napriek tomu, že bol v tom čase zrejme v šoku, jeho údaje potvrdzujú jej rozprávanie, ako by sa dalo očakávať od hociktorého objektívneho svedka. Treba ešte poznamenať, že tento svedok žil celé roky ďaleko od našej respondentky a najmenej rok pred naším rozhovorom spolu ani nekomunikovali.

Navyše, i keď Nancy nebola v čase zážitku úplne slepá, respirátor na jej tvári určite prinajmenšom čiastočne obmedzil jej zorné pole a určite jej znemožnil bočný pohľad nevyhnutný na to, aby mohla vidieť dvoch mužov na chodbe. Pravdou však je aj to, že podľa jej zdravotných záznamov a iných dôkazov, ktoré sme zhromaždili, bola v tom čase takmer úplne slepá.

Po detailnom preskúmaní tohto prípadu a kontrole všetkej príslušnej dokumentácie sme dospeli k záveru, že Nancy nemala žiadnu možnosť vidieť fyzickými, takmer slepými očami, to čo videla. Dôkazy však hovoria, že *videla* a potvrdzujúce svedectvo, ktoré sme tu citovali hovorí, že zrejme jej videnie bolo reálne.

Otázkou ostáva samozrejme: *ako?* Nejde pritom iba o to, ako videla Nancy, ale tiež o to ako vidia ostatné nevidomé osoby v našej štúdii to, čo nemôžu vidieť svojimi fyzickými očami. Zatiaľ čo dôkazy zozbierané v tejto časti očividne potvrdzujú

reálnosť a presnosť týchto zrkovných vnemov a vyvracajú domnienky, že by išlo iba o nejaké výmysly, rekonštrukcie, šťastné náhody alebo fantastické predstavy, ponechávajú zároveň nezodpovedaný paradox nášho zistenia, že správy o zrkovom vnímaní u nevidomých ľudí počas zážitku na prahu smrti, o ktorých počúvame celé roky, sú zrejme pravdivé. Ostáva tak stále záhadou či tomu tak naozaj je a ako je to možné a musíme byť pripravení túto záhadu v ďalšom kroku preskúmať a v prípade možnosti aj rozriešiť.

IDE NAOZAJ O "VIDENIE"?

Na tomto mieste sa zdá oprávnené konštatovať, že závery našej štúdie prinajmenšom kladú veľmi závažné otázky nielen o mechanizme videnia, ale aj o zvláštnych schopnostiach ľudských bytostí, vďaka ktorým dokážu počas zážitku na prahu smrti prekonať obmedzenia fyzických zmyslov. Ak môžeme veriť týmto tvrdeniam, ťažko sa vyhneme logickému úsudku, že za určitých krajných podmienok sa môže nejaká vedomá zložka v nás oddeliť od fyzického tela a oslobodiť sa od telesných nedostatkov.

Existuje samozrejme jednoduchší spôsob ako to vyjadriť: Vyzerá to, akoby sme hovorili o tom, čo väčšina obyčajných ľudí nazýva „duša“. Tento pojem však nemá miesto v modernej vede a väčšina filozofov a vedcov by určite ostro odsúdila akýkoľvek pokus prepašovať zadnými dvermi tento pozostatok dualistického myslenia. Takýto prístup sa dá určite pochopiť.

Táto dilema nespôsobuje rozpaky iba moderným mysliteľom. Ide skôr o to, ako máme pozeráť na tieto zistenia? Aká vlastne existuje alternatíva? Podľa mňa je to výzva pre každého, kto by sa chcel s týmito zisteniami a ich provokujúcimi dôsledkami vysporiadať.

Netvrdím o sebe, že dokážem odpovedať na také zložité otázky, pri ktorých aj tí najbystrejší teoretici majú tendenciu prestať uprostred vety a okamžite preskočiť na najbližšiu možnú a prijateľnú interpretáciu. Chcel by som prinajmenšom predložiť niekoľko úvah pre všetkých, ktorí by chceli skúsiť šťastie pri riešení tejto záhady a zároveň podať niektoré dodá-

točné zistenia našej štúdie, ktoré, podľa mojej mienky, poskytujú dôležitú indíciu pri hľadaní konečného vysvetlenia.

Dovoľte mi začať položením základnej otázky našej štúdie: Ak nevidiaci počas zážitku na prahu smrti naozaj „vidia“, ako je možné, že, aspoň za takýchto extrémnych podmienok, oči-vidne prekonávajú zmyslové obmedzenia, ktoré ich až do tej chvíle väznili vo svete tmy? Závisí vôbec videnie od našich očí? Alebo existuje aj iná forma vnímania, ktorá vstupuje do hry, keď človek, vidiaci aj nevidiaci, je v takom stave vedomia, v ktorom jeho zmysly prestávajú fungovať?

Pri skúmaní týchto otázok, sme boli so Sharon Cooperovou nútení zvážiť množstvo alternatívnych interpretácií. Siahali od konvenčnej psychológie (napr. vysvetlenie zážitkov na prahu smrti pomocou snov, alebo na základe retrospektívne skonštruovaných situačných, slovných alebo iných podnetov), cez málo známe štúdie o zrakových vnemoch nevidiacich alebo o videní pomocou dotykov až po perspektívy založené na ezoterických a metafyzických systémoch, ktoré postulujú existenciu jemného tela a duchovných zmyslov. Nakoniec sme však zistili, že ani jedna z týchto interpretácií nepodáva adekvátne vysvetlenie výsledkov našej štúdie.

Čo sa nakoniec ukázalo prijateľnejšie, bolo prehodnotenie našich záverov, na základe ktorého sme si položili otázku: Je to, čo sme u našich nevidiacich respondentov objavili *naozaj* istá forma videnia? Je to teda, v istom zmysle, niečo, čo sa dalo chápať ako obdoba fyzického zraku? K tejto otázke nás s neodvratnou silou priviedli dve pôsobivé úvahy. Jedna z nich sa opierala o záznamy našich respondentov, v ktorých sa často objavoval mnohostranný, mnohozmyslový aspekt ich vnímania, očividne prekračujúci jednoduché videnie. Niektorí z našich respondentov napríklad váhali, keď mali potvrdiť, že to, čo opísali, boli bezpochyby zrakové vnemy. Buď boli slepí od narodenia a nevedeli aké to je, keď človek vidí, alebo, ako nám povedala Marsha, vedeli, že predsa nemôžu vidieť fyzickými očami. Typické boli v tomto smere takéto výpovede:

Nebolo to vizuálne. Naozaj sa to ťažko dá opísať, pretože to nebolo zrakové. Bolo to skoro ako keby ste sa niečoho dotýkali, až na

to, že neexistoval spôsob, ako som sa tam mohol niečoho dotýkať. Ale naozaj to nebolo vizuálne, pretože už nemám žiadne vízie... Bola to akási dotyková pamäť alebo také niečo. Nie je to naozaj také ako videnie. Videnie je jasnejšie.

Myslím si, že čo sa tu dialo, bolo akési mnohozmyslové vnímanie, kde sa všetky vnemy zmiešali v mojej mysli do jedného obrazu, viete, mal som vnem zrakový, hmatový a všetko, čo som vnímal. Nemôžem povedať, že som doslova všetko videl, ale vnímal som, čo sa deje a všetko to prúdilo do mojej mysle... Nepamätám si ale podrobnosti. Preto sa zdráham, ak to mám opísať ako videnie.

Chcem povedať, že som si toho vtedy viac uvedomoval. Neviem, či to bolo vďaka videniu... Nie som si istý. Viem iba, že... som vnímal informácie alebo veci, ktoré sa diali, ktoré by som normálnym zrakom nemohol pozorovať... Preto som veľmi opatrný, keď o tom hovorím, pretože nie som si istý, odkiaľ to prišlo. Povedal by som, že mám pocit akoby to nezáviselo od videnia, ale nie som si istý.

Dokonca aj Brad, ktorého svedectvo sa v tomto ohľade zdalo také jasné, v nasledujúcom rozhovore nakoniec kvalifikoval a ujasnil predošlé spomienky na sneh okolo školy:

Celkom jasne som vnímal všetky veci, ktoré som tam uviedol (t. j. v jeho predošlom opise). Ci som to však videl očami, neviem povedať... Viete, nesmiete zabudnúť, že som sa narodil slepý a nemal som tušenie, či sú tie obrazy zrakové... Bolo to čosi ako hmatový zmysel, akoby som doslova mohol cítiť prstami mojej mysle. Nepamätám sa však, žeby som sa naozaj dotýkal snehu... Jedna vec, ktorú môžem o tých obrazoch povedať je, že vstupovali do môjho vedomia a vnímal som ich spôsobom, ktorý naozaj nechápem. Naozaj nemôžem povedať, že boli sami osebe zrakové, pretože nikdy predtým som nič také nepoznal. Môžem ale povedať, že zrejme všetky moje zmysly boli veľmi aktívne a veľmi jasne vnímali. Bol som pri vedomí.

Druhá úvaha sa zrodila z nášho postupného uvedomenia skutočnosti, že nevidiaci často používajú slovesá súvisiace s videním voľnejšie a neformálnejšie, ako my ostatní. Vicki naprí-

klad hovorí, že rada „pozerá“ televíziu a používa frázy ako „pozri na to“, ktoré nemožno brať doslova. Hoci tento postreh neznehodnocuje naše pozorovania, vyslala ďalší varovný signál, aby sme boli opatrní pri interpretáciách nevidiacich respondentov.

Pri narastaní počtu týchto svedectiev sa zdá čoraz ťažšie tvrdiť, že nevidiaci jednoducho *vidia* to, o čom hovoria. Skôr sa začína javiť, že ide viac o poznávanie diania v ich okolí prostredníctvom ešte málo chápaného spôsobu generalizovaného vnímania, založeného na rozmanitosti zmyslových, najmä hmatových pocitov. Okamžite sa však vynára jedna nevyhnutná a rozhodujúca otázka: *Ako je potom možné, že tieto neformálne podané výpovede napriek tomu vyvolávajú zdanie, že nevidiaci vidia spôsobom blízky fyzickému zraku?*

Myslíme si, že odpoveď na túto otázku by mala byť teraz celkom zrejmá. Nech už boli tieto zážitky zakódované pôvodne hocíjakým spôsobom, musia sa teraz, po dlhom čase, vyjadriť v konkrétnej jazykovej forme. A touto formou je *jazyk zrakových vnemov*, pretože naša každodenná reč je založená na skúsenostiach vidiacich a uprednostňuje *vizuálnu predstavivosť*.

Pretože nevidiaci sú členmi tej istej lingvistickej spoločnosti ako vidiaci, s určitosťou môžeme očakávať, že budú mať tendenciu - a budú vlastne nútení - opisovať svoje zážitky *jazykom zrakových vnemov*, takmer bez ohľadu na to, či je primeraný kvalitám ich vlastnej, osobnej skúsenosti. Neznamená to ale, že ich mnohoraké, mnohozmyslové vnímanie nemôže obsahovať aj nejaký druh obrazovej predstavivosti, ale len to, že ho nesmieme chápať ako naše fyzické videnie ako také.

I keď nemôžeme tvrdiť, že nevidiaci počas týchto zážitkov jednoznačne vidia, musíme sa zaoberať skutočnosťou - a naozaj to vyzerá ako skutočnosť - že majú prístup k nejakému rozšírenému nadzmyslovému vnímaniu, ktoré nemusí byť vôbec vysvetliteľné normálnymi prostriedkami. Hoci teda výpovede nevidiacich nemusia v skutočnosti predstavovať analógiu fyzických zrakových vnemov, reprezentujú *niečo*, s čím treba počítať. Podľa môjho názoru, nevidiaci - ako aj ostatní s podobnými zážitkami - vstupujú do odlišného stavu transcendentálneho vnímania, ktoré by som nazval *zrak mysle*. Keď

nám zlyhajú zmyslové orgány, potenciálne dostupným sa stane tento druh zraku a ten nám umožní priamy vstup do oblasti transcendentálneho poznania, ktoré je pre nás počas nášho normálneho bdelého stavu neprístupné. Za týchto podmienok, keď „okná vnímania sú očistené“, veci sa nám javia v skutočnom štýle Williama Blakea „také aké sú, nekonečné“. Takto môžu nevidiaci vnímať to, čo nemôžu vidieť očami a spoznávajú to, čo bolo pred nimi dosiaľ skryté. Je zrejmé, že to nie je vôbec jednoduché „videnie“ ako ho bežne chápeme, ale takmer akýsi druh vševedúcnosti, ktorá ďaleko presahuje možnosti normálneho videnia. V prípade vnímania prostredníctvom mysle to nie je samozrejme tak, že oči niečo vidia - ako by aj mohli? Namiesto toho je to vnútorné „ja“, ktoré vidí a náhle objavuje svet ako sa mu javí vo vízii bez použitia očí.

ZÁVERY

Riešenie týchto ťažkých ontologických otázok môžeme nakoniec prenechať filozofom a iným, ktorí sa venujú rozlúšteniu rôznych záhad prírody a samotného vedomia. Náš cieľ v tejto a predchádzajúcej kapitole bol oveľa skromnejší. Ako si možno spomínate, naším cieľom bolo do istej miery podporiť autenticitu zážitkov na prahu smrti, inými slovami, pokúsiť sa ukázať, že tento jav nie je len akýmsi druhom psychickej úchyľky alebo neurologickým artefaktom umierajúceho mozgu.

Ak si teraz v myslí premietnete úlomky dôkazov, ktoré som vám v týchto dvoch kapitolách predložil na zváženie, myslím, že budete súhlasiť, že do seba celkom pekne zapadajú za predpokladu, že to, čo sa deje počas ich zážitku, im v podstate umožňuje novú perspektívu, z ktorej môžu vnímať realitu. Táto perspektíva navyše nezávisí od zmyslov fyzického tela, dokonca ani od neporušeného zrkovitého systému. Objavuje sa v skutočnosti iba vtedy, keď sú zmysly narušené. Za takých okolností sa zrejme objavuje iný druh poznávania, ktorý nazývam transcendentálnym vnímaním, alebo jednoduchšie zrakom mysle a ktoré umožňuje všetkým — nie len nevidiacim — vidieť bez očí.

Spomeňte si na informácie z týchto kapitol: fantastické detaily panoramatického videnia počas pobytu mimo tela, objavenie prachu, pavučín a iných nepovšimnutých drobností každodenného prostredia; zázračne presné opisy takmer slepých ľudí a „nemožné“ zrkové vnemy úplne nevidiacich. Nezapadá to všetko perfektne do seba za predpokladu, že je doslova možné, aby človek prekročil hranice tela a videl svojou myslou? Ak by ste chceli tejto interpretácii odporovať, ako by ste začali vysvetľovať nepopierateľnú zhodnosť všetkých výpovedí, ktoré som reprodukoval?

A čo je viac - ako je možné ináč vysvetliť overené vnímanie tých čudných predmetov na takých nepravdepodobných miestach, ak ich nebolo možné spozorovať fyzickými očami, alebo podobne objasniť vypočuté rozhovory, ktoré nemohli počuť, alebo prípady, keď sa respondenti dostali k informáciám, ktoré nemohli získať normálnymi prostriedkami?

Dôkazy sú také očividné, že zážitky na prahu smrti nemožno považovať za sny alebo fantázie, či veci, ktoré si ľudia prosťe vymýšľajú. Nevieť si predstaviť žiadnu neurologickú teóriu, ktorá by vysvetlila, ako mohla Maria vidieť tenisku na ríme. Vy áno?

Tým, ktorí to prežívajú, sa bezpochyby deje niečo reálne. Počas pobytu mimo tela vidia zrejme veci z tohto sveta, ale s väčším chápaním. Sú už niekde inde ale zároveň ešte aj tu, v určitom zmysle spolu s nami. My, rovnako ako oni, vidíme to isté, hoci z iného uhla pohľadu.

Potom však odchádzajú do inej oblasti, kam my ako svedkovia priamy prístup nemáme. Vieme však už, že nemali žiadne halucinácie na začiatku svojej cesty a to nám dáva dôveru, že aj vízie, ktoré ich čoskoro čakajú — tie, ktoré sme podrobne opísali v prvej kapitole — pramene z inej reality a majú vlastnú pravdivú podstatu. V tejto fáze, keď nás nakoniec opúšťajú, a my ich, hľadáť títo ľudia bez očí, ale zrakom mysle do žiarivých oblastí za hranice tejto zeme.

Poznámky:

- 1 Napríklad, Susan Blackmorová vykonala rozsiahle pátranie po takýchto prípadoch a zistila, že tieto tvrdenia nie sú opodstatnené. V mojej práci s Madelaine Lawrenceovou sme dospeli k tomu istému záveru.
- 2 Tento hypotetický prípad sa objavuje na začiatku knihy, ktorú napísal Larry Dossey a má názov: „*Recovering the soul: A scientific and spiritual search* (Zotavenie duše: vedecké a duchovné hľadanie) (New York: Bantam, 1989), str. 17-19. Dossey sa neskôr s istými rozpakmi Susan Blackmorovej i mne priznal, že tento príbeh si vymyslel, ale napriek tomu veril, že podobné prípady sa naozaj vyskytli.
- 3 Krátky populárny opis našej práce sa však už objavil v americkom časopise *The Anomalist*. Pozri Kenneth Ring a Sharon Cooperová: „Mindsight: How the blind can ‚see‘ during near death experiences“ (Videnie myslou: ako môžu slepí ‚vidieť‘ počas zážitku na prahu smrti) *The Anomalist*, 5, (1997), str. 28-40. Dlhšia a technickejšia prezentácia našich zistení sa objavila aj v odbornej literatúre. Pozri: Kenneth Ring a Sharon Cooperová: „Near-death and out-of-body experiences in the blind: A study of apparent eyeless vision“ (Zážitky na prahu smrti a mimo tela u slepých: štúdia údajných vízií bez očí), *Journal of Near-Death Studies*, 16, (1997), No. 2 pp. 101-147.
- 4 Komentár Vicki je v súlade s výpoveďami ľudí, ktorí boli nevidiaci celý život a zrak im vrátila operácia. V prípade takejto náhlejšej zmeny sú títo ľudia často zmätení a rozrušení. Niektorí z nich sa dokonca nikdy neprispôbia svetu vidiacich a začnú ľutovať, že dostali takýto neželaný dar.
- 5 Berstrom, osobná komunikácia, 3. november, 1994.

Deti vo Svetle

Pred niekoľkými rokmi som dostal list od jednej matky, ktorá sa chcela so mnou podeliť o neuveriteľný rozhovor, ktorý mala s malým synčekom. V čase, keď sa to stalo, mala iba veľmi povrchné vedomosti o zážitkoch na prahu smrti a práve tento rozhovor v nej vzbudil väčšiu zvedavosť. Dostala sa potom k mojej knihe *Heading toward Omega* a to ju inšpirovalo, aby mi napísala. V liste sa mi zdôverila:

Tá príhoda sa stala v čase, keď mal Steven dva roky a dva mesiace. (Teraz má dva roky a desať mesiacov.) Dávala som do rámčeka fotografiu mojich starých rodičov, ktorí zomreli dávno predtým ako sa Steven narodil. Ten sedel neďaleko odo mňa, hral sa s nejakou hračkou a opýtal sa ma, čo to robím. Vysvetlila som mu, že je to obraz mojich starých rodičov, ktorí sú už dávno mŕtvi. Predtým nikto pred ním smrť nespomenul a zrazu som si uvedomila, že bez akejkoľvek prípravy s ním o tom hovorím. Vedela som, že pri jeho podrezanom jazyku by nebol s otázkami prestal.

Začala som tým, že som mu povedala, že už tu nie sú s nami a že odišli, aby mohli byť pri Bohu. Rozmýšľala som ako ďalej pokračovať, zatiaľ čo on sa ďalej hral. Kým som však stihla niečo povedať, celkom vecne povedal: „Keď zomrieš, je tam tunel. “

To ma úplne zaskočilo. Povedala som mu, aby to zopakoval a on to spravil. Položila som mu viac naoko nezáujatých otázok (hoci som bola v skutočnosti značne rozrušená). Opýtala som sa ho, či v tom tuneli niečo je. Odpovedal, že je tam svetlo. Keď som sa ho spýtala, akú má farbu, odpovedal: „Bielu.“ Ďalej som sa vyzvedá-

la, či ideme cez tunel, keď zomrieme. Odpovedal kladne. Opýtala som sa ho, čo robíme, keď prídeme na koniec tunela. Povedal: „Ides do Svetla.“ Sám od seba dodal, že starý otec (pričom ukazoval na obrázok) bol tam so „svetlom na hlave“.

(To isté zopakoval na ďalší deň v prítomnosti otca, ale po ôsmich mesiacoch si na to už nespomenul.)

Jeho matka pridáva ešte tento komentár:

Nechodím do práce a Steven bol celý svoj život len so mnou a s mojím manželom, okrem jednej opatrovateľky, ktorá k nám prišla len párkrát a nikdy o takom niečom nehovorila. Viem teda, že jeho odpoveď nemohla pochádzať z nijakého vonkajšieho zdroja.

Aké sú šance, že také dieťa, bez akýchkoľvek skúseností s niečím podobným, si môže vymyslieť to, čo mi povedal o „ceste cez tunel a k svetlu v ňom?“ Napadlo mi, že je zaujímavé, ak niektorí vaši respondenti spomínajú akýsi pocit podobný návratu domov, spriaznenosť, dojem, že to všetko už poznajú. Je možné, aby si celkom malé deti z toho niečo pamätali? Je možné, že do doby, keď už majú viac rozvinuté rečové schopnosti, ich spomienky sa z pamäti stratia?

Otázky, ktoré si kladie matka Stevena o možnom pôvode jeho komentára, sú určite provokujúce, ale zrejme pravdepodobnejšia je taká alternatíva, že jeho presvedčivé výroky sú založené na vlastnej skúsenosti, ktorú zažil po narodení. Nemôžeme koniec koncov úplne vylúčiť, že si Steve pamätá fragmenty vlastného zážitku z raného obdobia detstva.

V prípade Stevena si samozrejme nemôžeme byť celkom istí, ale možnosť, že deti, a najmä veľmi malé deti, môžu takýto zážitok mať, vzrušuje predstavivosť niekoľkých výskumníkov v USA i inde po svete, a to zo zrejmých dôvodov. Zvážme na príklad ďalší argument, ktorý by mohol predložiť zaujatý kritik vo svojej snahe spochybniť autenticitu týchto mnohých zážitkov.

Takýto kritik by mohol poukázať na očividnú podobnosť zážitkov na prahu smrti, ktorú by podľa neho mohla spôsobiť

naša spoločná kresťansko-židovská tradícia so svojimi predpokladmi a učením o tom, čo sa stáva po smrti. I keď v týchto náboženských doktrínach existuje veľa variácií, sú vcelku zhodné s tým, čo hovoria umierajúci o zážitkoch, ktoré sú často naplnené stereotypnými kresťanskými predstavami. Podľa takého kritika je celkom zrejmé, že tieto pôsobivé náboženské predstavy, či už ich vedome prijímame alebo nie, *vytvárajú* tieto zážitky a spôsobujú, že sa v takejto podobe objavujú najčastejšie.

„A navyše,“ môže kritik namietat, „len si spomeňte na všade prítomnú dostupnosť informácií o zážitkoch na prahu smrti v dnešnej kultúre. Je to pandemia. Kam sa len pozriete, všade niekto opisuje nejakú takú epizódu. V USA sú populárne televízne seriály ako napr. *Oprah*, *Geraldo* alebo *Larry King Show*. Bulvárne plátky ich pravidelne vytrubujú vo svojich titulkoch a prinášajú senzačné príbehy. Hovoria o nich mnohé hollywoodske hviezdy a zaradujú podobné motívy do svojich príbehov. Populárne časopisy im venujú stálu pozornosť a kreslený seriál s takýmto motívom sa dokonca objavil v časopise *The New Yorker*. A spomeňte si aj na najlepšie predávané knihy na túto tému, od knihy *Život po živote* od Moodyho po knihu Betty Eadiovej *Embraced by the Light (V objatí svetla)*, ktoré sa kupovali po miliónoch. Museli by ste žiť niekde v Himalájskej jaskyni už aspoň desať rokov, aby ste tieto zážitky nepoznali — naša kultúra je nimi presýtená. Nieto teda divu, že tieto rozprávania sú také podobné — každý vie, čo sa dá očakávať. A tieto naše očakávania, najprv vtĺkané do nás náboženskými tradíciami a potom posilňované zo všetkých strán omieľaním týchto príbehov až *do zvracania*, jasne diktujú formu a obsah týchto príbehov. Skrátka, je jasné že tieto zážitky sú iba odvodené — nie sú ničím viac ako odrazmi v našom kultúrnom zrkadle, náboženstvom v novom šate.

Poprieť silu týchto argumentov je ťažké aj pre ľudí sympatiujúcich s týmito zážitkami, len dovedty, kým nezačnemevažovať nad zážitkami detí. Ak by sa ukázalo, že zvlášť veľmi lalé deti opisujú zážitky podobné dospelým, argumenty našich kritikov by okamžite stratili presvedčivosť. Ak by sa takto potenciálne vplyvy presvedčivo vylúčili, kritici by zasa museli hľadať iné vysvetlenie. Teraz môžete lepšie chápať, prečo by sa nie-

ktorí výskumníci s radosťou chopili príležitosti hovoriť s deťmi, ktoré prežili blízke stretnutie so smrťou. Ak by ich príbehy boli zhodné so všeobecnou štruktúrou zážitku na prahu smrti, poskytli by ďalší dôležitý dôkaz o ich hodnovernosti.

ZÁŽITKY DETÍ NA PRAHU SMRTI

Z množstva bádateľov, ktorí sa ako prví venovali štúdiu zážitkov detí na prahu smrti, bol najvýznamnejším detský lekár Melvin Morse autor veľmi populárnej knihy *Closer to the Light (Bližšie k Svetlu)*, ako aj iných významných prác v tejto oblasti. Morse sa zapojil do tejto špeciálnej oblasti zážitkov na prahu smrti celkom náhodou a neúmyselne, keď sa raz rozprával so sedemročnou pacientkou Kristle. Jej príbeh sa stal jedným z najslávnejších a samotná Kristle sa stala pravdepodobne najznámejším dieťaťom so zážitkom na prahu smrti. Objavila sa nielen v prvej Morseovej knihe, ale aj v populárnom televíznom programe s názvom 20/20.

Skúste sa vžiť do Morseho kože a ľahko pochopíte, prečo ho príbeh Kristle upútal tak rýchlo ako rýchlo zmenila názor na tieto zážitky Kimberly Clarková, keď našla tenisku na rímse budovy.

Keď Morse pracoval ako mladý internista v Idahu, pomáhal raz pri resuscitácii sedemročného dievčatka, ktoré sa takmer utopilo pri plávaní. Malú Kristle napojili na dýchací prístroj a podrobnejšie vyšetrenie ukázalo, že mala rozsiahly opuch mozgu. Morse cítil, že jej šance na prežitie sú skoro nulové.

Mýlil sa. Po troch dňoch sa úplne zotavila.

Neskôr sa k nemu dostala na ďalšie vyšetrenie. Ako lekár sa zaujímal o také prípady ako mozgové nádory a leukémia detí. Nezaujímal sa o zážitky na prahu smrti u detí (nie som si dokonca ani istý, či o nich dovedy vôbec počul). To všetko mala zmeniť Kristle.

Najprv sa jej predstavil, ale skôr ako začal s vyšetrovaním, Kristle sa obrátila k matke a povedala: „To je ten s bradou. Najprv tam bol ten vysoký lekár, ktorý nemal bradu a potom prišiel tento.“ (Má pravdu, pomyslel si Morse).

Opísala potom celkom spontánne niektoré úkony, ktoré lekári vykonali, včítane nazálnej intubácie a všetko čo povedala, bolo správne. Bol tam vtedy po celú dobu oživovania a vedel, že Kristle mala zavreté oči a navyše bola v hlbkej kóme. Priznal sa, že ho zmatlo akým vecným tónom to všetko opísala.

Vzbudilo to v ňom záujem a spýtal sa: „Pamätáš sa na to, čo sa stalo v bazéne?”

„Myslíte to, keď som navštívila Nebeského Otca?” opýtala sa Kristle.

Nenechal sa vyviešť z miery a povzbudil ju, aby mu o tom povedala viac. Zopakovala však iba: „Stretla som Ježiša a Nebeského Otca.” Potom sa však zahanbila, alebo ju premohli rozpaky a nepovedala už nič.

O týždeň sa však k nej vrátil a pokúsil sa o rozhovor znovu, tentoraz s úspechom. Dozvedel sa jej celý príbeh.

Nepamätala si nič z toho, keď sa topila. Sama hovorí: „Bola som mŕtva. Potom som bola v tuneli. Bola tam tma a bála som sa. Nemohla som nikam ísť.”

Ďalej hovorila o tom, ako sa jej zjavila žena Elizabeth a tunel sa ožiaril svetlom. Opísala ju ako vysokú bytosť so svetlými žltými vlasmi. Potom spolu údajne vošli do neba. „V nebi to bolo fajn,” hovorila. „Bolo tam plno svetla a veľa kvetov.” Povedala, že okolo neba bola akási hranica, za ktorú nevidela.

Hovorila o tom, ako tam stretla mnoho ľudí, včítane mŕtvych starých rodičov, maminu tetu a „Heather a Melissu”, dve duše, ktoré čakali na znovuzrodenie. Stretla i „Nebeského Otca a Ježiša”, ktorí sa jej opýtali, či sa chce vrátiť na zem. Odpovedala, že chce ostať s Ním.

Elizabeth sa jej opýtala, či chce vidieť mamu a zrejme vtedy si Kristle uvedomila, že vidí svoj domov. Zbadala mamu pri varení, otca sediaceho v kresle a súrodencov, ako sa hrajú. (Morse ďalej uvádza, že keď Kristle neskôr opísala túto scénu rodičom, boli udivení jej presným opisom ich oblečenia, polohy v dome a dokonca jedla, ktoré mama chystala.)

Vtedy sa jej zmocnil pocit, že predsa len chce byť s mamou a tak na otázku Elizabeth odpovedala „áno”. Potom si pamätá už len to, že sa prebrala v nemocnici.

Pokiaľ ide o nebo, Kristle neskôr uviedla: „Rada by som sa tam vrátila. Bolo tam pekne.“ Pýtala sa tiež stále na „Heather a Melissu“.

Podľa Morseho, v ten deň mu Kristle rozprávala o svojom zážitku asi hodinu. Sám sa k tomu vyjadril: „Bola mimoriadne hanblivá, ale rozpovedala svoj príbeh tak pôsobivo a presvedčivo, že som jej intuitívne uveril.“²

Je očividné, že toto dieťa porozprávalo jednoduchým a priamočiarym spôsobom rovnaký druh zážitku, aký sme tak často počuli z úst dospelých. Prvky príbehu Kristle, prednesené s takou nevinnou naivnosťou a úprimnosťou museli na Morseho zapôsobiť. To, čo my už dobre poznáme, muselo byť pre neho, pravda, prekvapením. V priebehu svojho ďalšieho výskumu počul potom mnoho podobných príbehov od detí, podobne ako iní bádatelia, ktorí sa vydali na to isté územie. Jedným z nich je človek, ktorý svojou knihou *Život po živote* nechtiac otvoril celú novú oblasť výskumov zážitkov na prahu smrti. Aj Raymond Moody sa stretol počas svojho takmer tridsaťročného výskumu s mnohými prípadmi týchto zážitkov u detí a mnohé z nich opísal v knihe *The Light Beyond?* Uvádzam tu iba jeden reprezentatívny príklad, ktorý má, celkom náhodou, tak veľa podobností s príbehom Kristle, že sa môže zdať, že ide o jedno a to isté dieťa. Samozrejme, že nie je a toto dievčatko sa volá Nina.

Vo veku deviatich rokov, počas operácie slepého čreva sa jej zastavilo srdce. Lekári ju začali okamžite oživovať, medzitým však Nina vystúpila z tela a zo zvyčajnej, vyvýšenej polohy pozorovala snahu lekárov o jej oživenie. Moody cituje Ninu:

Počula som ako povedali, že sa mi zastavilo srdce, ale ja som už pozerala na nich od stropu. Videla som odtiaľ všetko. Vznášala som sa celkom blízko pri strope, takže keď som zbadala moje telo, nepoznala som sa. Až potom som si zrazu uvedomila, že som to ja. Vyšla som na chodbu a zbadala som tam plakať mamu. Opýtala som sa prečo place, ale nepočula ma. Lekári si mysleli, že som mŕtva.

Potom prišla krásna pani a pomohla mi, lebo vedela, že mám strach. Šli sme cez tunel a vošli sme do neba. Sú tam krásne kvety-

Bola som s Bohom a Ježišom. Povedali mi, že sa musím vrátiť k mame, lebo je nešťastná. Povedali, že musím dokončiť svoj život. Tak som šla späť a prebrala som sa.

Ten tunel, cez ktorý som šla, bol dlhý a veľmi tmavý. Išla som cezeň naozaj rýchlo. Na konci bolo svetlo. Keď sme ho zbadali, bola som veľmi šťastná... To svetlo bolo veľmi jasné."

I keď som sa v práci zameral na zážitky dospelých, počul som veľa rozprávání o zážitkoch detí. Niektoré sa mi dostali do pozornosti bez toho, aby som ich hľadal. V mojej korešpondencii je veľa takýchto príkladov, ktoré píšú spravidla dospelí a spomínajú v nich na svoje minulé skúsenosti. (Vieme už, že neexistujú žiadne základné štrukturálne rozdiely medzi opismi zážitkov u detí a dospelých, ktorí ich opisujú často po viacerých rokoch.)⁵ Niektoré sú celkom krátke, iné podrobnejšie, ale všetky sú ušité z tej istej látky, ktorú nám už predostreli iné deti.

Ako ilustráciu uvádzam jeden príbeh v kratšom podaní:

Keď som mala desať (píše jedna žena) mala som zážitok. Veľmi ťažko som ochorela na zápal príušných žliaz, mala som vysokú horúčku a tak d'alej. Spomínam si, že som bola niekde hore „nado mnou“. Zbadala som nejaký špirálovitý lievik, ktorý sa d'aleko pod mnou krútil až do najmenšieho bodu. Uvidela som sa tam. Mama plakala v náručí môjho nevlastného otca a bol tam ešte jeden človek, ale toho som nepoznala a kýval hlavou. Potom, pamätám si — „Tu máš, idem späť“. Všetko to prebehlo v absolútnom tichu, neosobne, v úplnom pokoji.

Druhý, podrobnejší príklad je od pisateľky, ktorá sa mi najprv predstavila ako autorka pripravovanej knihy, založenej na jej dvoch zážitkoch z mladosti. Najprv mi stručne opísala obe skúsenosti a ja som ju potom poprosil o podrobnejší opis. Uvádzam tu podrobnejšiu verziu jej prvého zážitku. Autorka sa volá Roxanne Sumnersová a jej kniha je výrečným, literárnym podaním jej zážitkov na prahu smrti.

Prvý zážitok som mala krátko potom, čo som dovŕšila jedenásť rokov. Stalo sa to 23. decembra 1958. Mama prišla práve domov

z práce a ja som bola spolu s mojím malým bratom celá vzrušená zo začínajúcich priprav na Vianoce. Mama mi dala peniaze, aby som išla zaplatiť našu opatrovatel'ku, ktorá bývala na druhej strane ulice. S peniazmi v ruke som vybehla von a bežala cez ulicu.

Nepamätám sa ako do mňa vrazilo auto, ale spomínam si, že som zrazu sedela na strome a pozorovala scénu podo mnou. Nonšalantne som sledovala čo sa deje. Zaujímalo ma to, ale nestarala som sa o to „dievčatko“ ležiace na ceste, ani o tú ženu, ktorá s hysterickými výkrikmi vybehla z auta.

Pozrela som hore a zbadala som starého otca (zomrel, keď mala tri roky). Podával mi ruku a keď som mu podala svoju, začali sme sa hýbať. Mala som pocit, že ideme veľmi rýchlo a potom sme prišli na neuveriteľne krásne miesto. Všetko okolo nás bolo zpastelovo sfarbených mrakov. Boli tam aj kvety, ale boli veľmi hebké, akoby ich tvorili malé, mäkké sfarbené svetlá. A v diaľke boli kopce a na nich zámky. A všetko, dokonca i tie zámky, bolo vytvorené z tých jemných, hebkých, krásne sfarbených mrakov.

Opýtala som sa starého otca, či tu žije a povedal, že áno. Opýtala som sa ho, či tu môžem s ním ostať a on povedal, že nemôžem, že sa musím vrátiť, aby som pomáhala mame a malému bratovi. Zrazu som si začala uvedomovať svoje telo a strašnú bolesť. Hrozne ma bolela ruka a ktosi ma niesol. Potom som bola zasa na tom krásnom mieste so starým otcom a začala som plakať. Povedala som, že nechcem ísť späť a chcem zostať s ním... Bolo tam toľko lásky a porozumenia. Pamätám si, ako som sa s ním rozprávala a cítila sa taká bezpečná a pochopená.

A potom som sa prebrala v nemocnici. Mala som zlomenú ruku a otras mozgu.

Uviedol som štyri prípady detských zážitkov na prahu smrti. Ich celkový počet je však mnohonásobne väčší, pretože výskum v tejto zvláštnej kategórii sa stal v posledných rokoch celkom aktívny. Všetky tieto prípady opätovne potvrdzujú prototypickú štruktúru zážitku na prahu smrti. Majú však jednu základnú chybu, na ktorú nás naši kritici určite nezabudnú upozorniť.

„Tieto príbehy sú celkom milé, keď ich tak počúvame,“ pripustia najprv, „ale napriek svojej pútavosti sú z hľadiska dôkaz-

nosti úplne irelevantné. Ide tu o deti vo veku od siedmich do jedenástich rokov a takéto deti sú sotva imúnne voči náboženskému pôsobeniu. V takomto veku sú práve do veľkej miery presýtené náboženskými doktrínami a pri sledovaní televízie mali veľa možností oboznámiť sa s týmto druhom zážitkov. Deti ich teda môžu tiež mať, ale nič nenaznačuje, žeby neboli formované pod kultúrnymi a náboženskými vplyvmi."

A kritici majú samozrejme pravdu. Zabudli však na jeden dôležitý faktor potvrdzujúci hodnovernosť týchto zážitkov. Už sme povedali, že takéto zážitky by boli veľmi presvedčivé, keby sa zistili u veľmi malých detí a práve o nich budeme ešte počuť. Musíme preto obrátiť svoju pozornosť zvlášť na tých, ktorých zážitky sme prisľúbili už na začiatku tejto kapitoly - na príbehy detí, ktoré sa ocitli v krajine zážitkov na prahu smrti ako celkom malé batofatá.

ZÁŽITKY VEĽMI MALÝCH DETÍ NA PRAHU SMRTI

Jednu z prvých správ o týchto zážitkoch medzi veľmi malými deťmi priniesli dvaja psychiatri, Glen O. Gabbard a Stuart W. Twemlow v jednej kapitole knihy, ktorá sa čiastočne zaoberala aj zážitkami na prahu smrti.⁷ Z ich troch takýchto prípadov nás najviac zaujíma príbeh chlapca Todda:

Todd mal dva roky a päť mesiacov, keď zahryzol do elektrického kábla vysávača pri hre so súrodencami. Jeho matka na to prišla asi dve až tri minúty neskôr. Ležal bez pohybu... Všimla si mierne namodralú farbu jeho pokožky a okamžite sa jej zmocnila panika... Uvedomila si, že nedýcha a zavolala sanitku. (Zdravotníci nasadili ožiovacie prístroje a rýchle ho odviezli na pohotovosť).

Podľa lekárskeho záznamu bol Todd asi dvadsaťpäť minút bez dýchania a srdcovej činnosti. Mal rozšírené zreničky a na nič nereagoval. (V takomto stave ostal niekoľko dní a trvalo štyri až šesť mesiacov, kým sa mu z veľkej časti obnovili mozgové a neurologické funkcie. Je pozoruhodné, že mozog ostal bez trvalých následkov).

Asi tri mesiace pred svojimi tretími narodeninami sa hral v obývačke, keď sa ho matka spýtala: „Môžeš povedať svojej mamičke, čo si pamätáš, keď si zahryzol do šnúry od vysávača?“ Bez toho aby na ňu vôbec pozrel, odpovedal: „Šiel som do izby s veľmi pekným ujom a sedel som tam s ním.“ Matka sa ho opýtala ako tá izba vyzerala. Todd odpovedal: „Mala veľké jasné svetlo hore na strop, "pod čím si matka predstavila nejaký luster. Opýtala sa ho, čo mu ten ujo povedal. Todd zasa odpovedal: „Opýtal sa ma, či tu chcem ostať alebo vrátiť sa k tebe.“ Pozrel sa na matku a dodal: „Chcel som byť s tebou a ísť domov.“ Potom sa usmial a začal sa zasa hrať s hračkami.⁸

Možno si pomyslíte, že malý Todd medzitým pokukoval na seriál Oprah, v ktorom hovorili ľudia o takýchto zážitkoch. Jeho príbeh sa však odohral ešte v roku 1972, niekoľko rokov pred knihou *Život po živote* od Moodyho a jeho matka v tom čase sama nemala o takýchto veciach ani potuchy.

Podobný prípad na základe svedectva matky pochádza aj z mojich záznamov. Matka v ňom opisuje zážitok syna, keď mal tri roky a osem mesiacov.

V liste dramaticky a živo opisuje okolnosti tohto prípadu. Rodina sa vybrala jedného letného dňa na výlet k jazeru a to i napriek rôznym nepriaznivým znameniam. Jej malý syn José tam vôbec nechcel ísť a ešte aj po príchode sa hneval, že tam musí byť. Potom však využil chvíľku nepozornosti matky a rozhodol sa vojsť do vody. Keď si matka všimla, že ho už dlhšiu dobu nevidí, vydala zo seba

hrozný výkrik: „Fay (jej sestra), nemôžem nájsť Josého!“ V momente všetci začali hľadať. Aj susedia na pláži. Prešlo desať minút. Po synovi ani stopy. Vybehla som na kopec. Miguel (jej manžel) ju nasledoval. Cítila som sa úplne bezmocná a obaja sme plakali, jeden druhému v náručí. Vedela som, že José už nežije.

Po niekoľkých ďalších minútach ho našli plavčíci v asi trojmetrovej vode pri lodenici. Jeho srdce, ako zázrakom, ešte bolo. Bol v hlbokom bezvedomí a rýchle ho odviezli do nemocnice. Rodičia to všetko prežívali samozrejme so smrteľnou

úzkosťou. A ďalšia hrôza na nich čakala po dvoch týždňoch bdenia v nemocnici.

Dva týždne prešli a nenastala žiadna zmena, jedného dňa som vošla do jeho izby. Posteľ bola zylečená. Žiadna posteľná bielizeň, žiadny José. Zovrela som Miguelovu ruku. Vošiel správcu budovy a povedal: „Je dolu v hale.“ Šli sme dole úplne ochromení. Myslela som, že je mŕtvy. Keď sme pomaly vošli do izby, v ktorej mal byť, zbadali sme ho, ako sa smeje z klauna, ktorý zabával deti balónmi.

José sa nakoniec zotaví, jediný následok jeho nehody je menší problém so sluchom, ktorý sa čoskoro napraví.

Po niekoľkých rokoch, keď má José jedenásť, zoberie raz matku nabok a začne jej rozprávať o bielom svetle. Tá ničomu nerozumie. José jej to chce vysvetliť, ale prosí ju, aby sa mu nasmiala. Keď mu to matka prisľúbi, začne jej hovoriť o Svetle, v ktorom bol, keď sa skoro utopil.

Povedal: „Vtedy dávno som bol hore. Nespal som. Šiel som hore, do vzduchu a videl som teba i ocka ako ste plakali. Čosi ku mne prišlo a povedalo, že mám ísť späť. Bolo mi tam dobre a páčili sa mi všetci tí ľudia, ktorých som tam videl.”

Opýtal som sa ho koho videl a on odpovedal: „Boli veľmi jasní, ale jeden človek ma držal a bolo mi tak dobre a chcel som ostať, ale on povedal nie.”

V týchto prípadoch veľmi malých detí nenachádzame samozrejme plynulé rozprávanie o ich zážitkoch. Namiesto toho počujeme len fragmenty, akési drobné úlomky spomienok na svetlo a údiv, ktorý sa deti snažia vyjadriť ešte nedokonalými verbálnymi zručnosťami. To čo počujeme, je však bezpochyby spomienka na väčší zážitok, ktorý už poznáme. I keď je spomienka neúplná, privádza nás k jej pôvodnému celku.

Todd aj José boli veľmi mladí, keď prešli zážitkami na prahu smrti, sú však aj prípady, ktoré sa týkajú ešte menších detí. Jeden z nich mi opísala Bonnie Longová, žena, ktorú veľmi dobre poznám. Žije teraz v okolí Seattlu a ako dieťa mala dve takéto príhody. Prvá z nich sa stala, keď ešte nemala ani dva roky. Stalo sa to tak, že „zhodila som na seba staré veľké rádio, ktoré

stálo na podlahe, pričom som stratila vedomie". Podrobnosti nehody uviedla sčasti na základe vlastných spomienok a sčasti z rozprávania ostatných:

Najviac ma to zasiahlo doprostred cela a ešte stále mám tu jazvu... Matka mi neskôr povedala, že mali naozaj o mňa strach. Sklo na prednej strane rádia sa rozbilo po celej mojej tvári a jeden veľký úlomok sa mi vrazil do nosa. Ja som však bola na druhej strane izby a pozorovala muža v tmavej uniforme a rovnako tmavej čiapke ako ma obväzuje. Bolo mi tam dobre. Tá vec, ktorú obväzovali, bola úplne ochrnutá. Stále si ešte pamätám na ten jas a svetlo všade okolo mňa —farby, svetlo, pokoj... Bolo to, akoby tá chvíľa bola vo farbe a zvyšok môjho života bol jednotvárný a sivý. Zdalo sa mi, že to, čo sa deje v izbe, sa ma vôbec netýka.

V nedávnom liste mi Bonnie spomenula zaujímavý doplnok celej príhody, o ktorom som predtým nevedel:

Zaujímavým zakončením môjho príbehu bolo, že som povedala matke o zážitku z veku dvoch rokov. Opísala som jej pôdorys nášho malého domu v Indiane. Bola ohromená z toho, že viem, kde všetko bolo... Matka hovorí, že takéto podrobnosti som si jednoducho nemohla zapamätať. Mali ste vidieť jej výraz na tvári, keď som jej povedala o tom mužovi v uniforme. Povedala, že to bol člen záchrannej hasičskej jednotky.

V záznamoch mám aj ďalšie udivujúce prípady, podobné prípadu Bonnie, od ľudí, ktorí si pamätajú zážitky z ešte mladšieho, priam neuveriteľne nízkeho veku. Niektorí z nich napríklad tvrdia, že si pamätajú takéto epizódy z času, keď nemali viac ako 18 mesiacov, či dokonca ešte menej. Podobne ako Bonnie, aj oni hovoria o tom, že neskôr im ich rodičia alebo súrodenci potvrdili, že boli v tom čase naozaj vážne chorí. Medzi takéto prípady patrí aj žena, s ktorou sme sa už v tejto knihe stretli. Spomeňte si na Nel, ktorá počas svojho zážitku v Bostonskej nemocnici videla pavučinu pri strope. Neskôr som sa dozvedel, že to nebol jej prvý zážitok. Ten prvý zažila, keď mala iba trinásť mesiacov. Pamätá si navyše túto príhodu

veľmi živo a matka jej potvrdila, že bola vtedy hospitalizovaná so zápalom pľúc. Najprv opísala niektoré základné okolnosti svojho príbehu:

Mala som ťažký obojstranný zápal pľúc a zároveň obojstranný zápal dutín výbežkov spánkových kostí (mastoiditu). V roku 1935 sa antibiotiká ešte nepoužívali. Mastoidita sa liečila radikálne chirurgickým zásahom, pri ktorom sa vybrala postihnutá kosť uložená za uchom. Zápal pľúc znemožnil nasadenie celkovej narkózy... Celý postup bol drastický a bolestivý. Pre dieťa to bol traumatický zásah, ktorý by sa dal porovnať so znásilnením.

Ďalej Nel opisuje, čo si pamätá o vnímaní sveta okolo seba:

Moje telo bolo pripútané k posteli a hlavu mi držali veľké, ako-by oceľové, ruky. Moju matku do izby nepustili, pretože som bola na izolacke. Videl som ju za oknom spoza mreží železnej postielky, z ktorých opadávala stará biela farba. Tvár mala skrivenú od bolesti apo lícach jej stekali slzy.

Keď však začala samotná operácia, Nel sa ocitla kdesi inde:

Známy pocit ohromenia vystriedalo teplo a pokoj vo chvíli, keď moje telo zahalilo žiarivé upokojujúce svetlo. Pozrela som sa k oknu, kde som hľadala matku. Chcela som, aby vedela, že som v poriadku. Nebola tam. Strohá prázdnota nemocničnej izby bola preč. Bola som v bezpečí, chránená a uzdravená. Svetlo kúpalo moje telo v láske; posilňovalo moju dušu; prikázalo mi bojovať— a ja som bojovala!

I keď sú tieto príbehy veľmi pôsobivé, nie sú ani zďaleka tými najextrémnejšími. Azda najviac zarážajúci zdokumentovaný príbeh tohto druhu sa týka Marka Bottsa. Má teraz dvadsaťdva rokov a tvrdí, že zážitok mal vo veku deviatich mesiacov! Predtým než takúto možnosť vylúčite ako úplne neprijateľnú, vypočujte si zaznamenané fakty a potom sami posúďte.

Marka som stretol prvýkrát na konferencii Medzinárodnej asociácie pre štúdium stavov blízko smrti (IANDS) v Seattle

v januári 1991, kde som prednášal o svojom výskume. Počas panelovej diskusie vystúpil vtedy devätnásťročný Mark, ktorý tam bol s matkou. Tá najprv podala obecnstvu o synovi niektoré základné informácie.

Mark sa narodil s poruchou, ktorá sa volá tracheomalacia, pri ktorej ide o zmäknutú priedušnicu a problémy s dýchaním. Keď mal deväť mesiacov vzali ho do nemocnice, kde mu museli spraviť tracheotómiu. Počas nej sa mu zastavilo srdce a jeho činnosť sa podarilo obnoviť až po štyridsiatich minútach! Po oživení bol v kóme ešte tri mesiace. Po zotavení (mimochodom bez poškodenia mozgu) mu vložili do priedušnice trubičku, ktorú nosil až do troch rokov a nemohol ani rozprávať. Po ďalších dvoch rokoch, keď mal päť rokov, pri obede s otcom zrazu sám od seba začal hovoriť o dobe, „keď zomrel“.

Do tej chvíle ani jeden z rodičov to od neho ešte nepočul. Matka navyše zdôraznila: „Nikdy, nikdy sme mu nepovedali, že zomrel.“ Nikdy mu nepovedali o tom, čo sa mu vtedy stalo.

V každom prípade, matka si zapamätala jeho rozhovor s otcom takto:

Sedel vedľa otca, keď povedal: „Vieš čo, oco?“ A otec sa ho spýtal: „Co?“ „Vieš, ja som zomrel.“ „Och, naozaj?“ A syn povedal: „Ano.“ Otec sa ho spýtal: „No a čo sa stalo?“ A syn začal hovoriť: „Bolo to naozaj veľmi tmavé oco, a potom bolo naozaj, naozaj jasno. A ja som bežala bežala nič ma už nebolelo.“ A otec sa ho opýtal: „Kam si bežal, Mark?“ A on odpovedal: „Och, oco bežal som tam (ukazujúc nahor)...“ A povedal, že ho už nič nebolelo a že sa s ním kto-si rozprával. Otec sa ho opýtal: „Aké slová ti povedal?“ A Mark odvetil. „Nehovoril takto (ukázal na ústa), ale takto (ukázal na hlavu)“. Nevedel zrejme ešte vyjadriť to, že komunikácia prebiehala v mysli. A dodal: „Nechcel som ísť spať, oci, ale musel som“

Toto Markovo rozprávanie oboch rodičov dokonale zmätlo. Stalo sa to ešte pred zavedením pojmu „zážitok na prahu smrti“ a nikdy o niečom takom ani nepočuli. Vnútorne však boli presvedčení, že Mark hovorí pravdu. Nikto, včítane jeho lekárov, im však v tomto smere nedokázal poradiť a už vôbec nie potvrdiť pravdivosť jeho príbehu. Keď sa pokúsil o tom hovoriť

s kamarátmi, vysmiali ho a tak rýchle pochopil, že má o tom mlčať. Jeho neochota hovoriť o tom trvala až dovtedy, kým stretol Melvina Morseho, s ktorým sa mohol o spomienky podeliť. Tento lekár pomohol rodičom overiť zážitok ich syna „pochopiť im, čo sa mu vlastne stalo. Vďačnosť pani Bottsovej voči Melvinovi Morseovi, ktorý mal na konferencii tiež svoj príspevok, bola zrejmá.

Po tomto úvodnom vystúpení Markovej matky všetci v sále čakali na vystúpenie samotného Marka, ktorý počas matkinho vystúpenia sedel so sklonenou hlavou. Keď prišiel na rad, zdvihol hlavu a začal hovoriť takmer hanblivým ale pevným a pokojným hlasom o tom, čo si zapamätal z doby, keď mal deväť mesiacov. Tentokrát samozrejme hovoril slovníkom dospelého, ale ako uvidíte, jeho slová iba doplnili rozprávanie matky z obdobia, keď mal päť rokov: v ničom sa od neho neodchýlili.

Najprv opísal okolnosti, ktoré viedli k zastaveniu srdcovej činnosti a potom pokračoval:

Vystúpil som z tela a videl som lekárov a sestry ako na mne pracovali a snažili sa priviesť ma späť do života. A videl som starú mamu ako sa snažila nájsť mamu na druhom konci chodby. Bolo to čosi zvláštne. Nemohol som predsa nijako vidieť mamu alebo starú mamu, ani nie iné, pretože mama bola na opačnom konci čakárne, možno sto metrov daleko a delilo nás množstvo chodieb, izieb a dverí.

Stále som sa vznášala stúpala hore. Videl som lekárov i sestry ako stále so mnou čosi robia... Zrazu som sa dostal tesne pod strop izby, prešiel som cez strechu a bol som v inej dimenzii na spodku tunela. Ten tunel bol veľmi, veľmi tmavý, nemôžete tam vidieť absolútne nič. Plazil som sa cez ten tunel (Môže znieť divne, že hovorí o plazení, ale nezabúdajme, že mal vtedy len deväť mesiacov!)

Hovoril ďalej o tom, aká ťažká bola pre neho cesta cez tunel, stále však postupoval dopredu. Potom:

Na polceste som zbadal maličké, maličké svetielko. Ako na sviatí, vyzeralo to skoro tak. Keď mi chýbala k vrcholu už len asi štvrtina, videl som už veľa svetla. „Hurá, idem ďalej a uvidím čo

to je. "Asi tak pol metra od vrcholu tam zrazu boli všade naokolo tie veľké, krásne oranžovo-žlté svetlá. Je to čosi ako slnečné svetlo, aleje také jasné a pritom vás z neho vôbec nebolia oči...

Ked' som vyšiel z tunela... nepadol som na zem. Klzal som sa!... Neplazil som sa a nemohol som ani chodiť, pretože som mal iba deväť mesiacov... Tak som sa len šmýkal a potom zrazu, asi 50 metrov predou mnou boli tie biele zahalené postavy... Vychádzalo z nich akési teplo a láska a vedel som, že ma tu vítajú... (Mark sa vtedy na chvíľku obzrel okolo seba a keď k nim vrátil už tam neboli.) Ked' som sa obrátil, všetko okolo bolo zlaté... (Zisťuje teraz, že sa klže dole cestou.) Tá cesta bola taká krásna a zlatá — všade, kam som pozrel, bolo zlato. Bolo to niečo ako keď si povieť: „Preboha, kde som to teraz?“

Tak som sa klzal po zlatej ceste a zrazu sa predou mnou objavil ten chlapík. (Dochádza k telepatickej komunikácii a Mark vníma túto bytosť ako Boha.) Opýtal sa ma ako sa cítim a ja som mu odpovedal, že sa mám skvele a je mi báječné. „Môžem dýchať, cítim sa tu hore výborne. Je to fantastické.“ (Krátke potom sa prestanú klzať a rozvíja sa ďalšia priama komunikácia medzi ich myslami.) A spýtal sa ma, či chcem ísť späť. A ja som mu povedal: „Nie.“ A on sa ma zasa pýta: „Prečo?“ „Lebo je to tu úžasné a je tu taký pokoj. Nechcem ísť zasa tam, kde je bolesť a utrpenie. “A on zasa hovorí: „Máš vo svojom živote istú úlohu a keď ju splníš, môžeš sem jedného dňa zasa prísť a navštíviť ma.“

A už som bol späť vo svojom tele, ale v kóme.⁹

Po takomto osobnom kontakte s Markom bolo ťažké pochybovať o jeho príbehu a jeho úprimnosť bola pre všetkých úplne zrejmá. Pre ostatných, ktorí ho priamo nepočuli, môže byť oveľa ťažšie uveriť, že tento mladý muž si naozaj pamätá a presne opisuje udalosti, ktoré sa odohrali v čase, keď mal iba deväť mesiacov. Musíme si preto položiť otázku: „Máme ešte nejaký dodatočný dôkaz, ktorý by nám potvrdil, že jeho príbeh je skutočný a nie len nejaká fantázia?

Vo výskume zhromažďujem dostupné informácie o tom, z čí aj veľmi malé deti si môžu zapamätať udalosti zo života. Skúsme sa teraz sústrediť na Marka a povedzme si, čo vieme o ňom samotnom a o tom, čo hovorí o svojom zážitku.

Po prvé, vieme, že Mark naozaj trpel na ťažkú bronchiolitídu, pretože mal narušenú priedušnicu a že ho liečili tak, ako to opísala jeho matka. Tieto údaje overil aj pediater Melvin Morse v rámci svojho výskumu.¹⁰

Po druhé, Markov príbeh sa v mnohých detailoch zhoduje s inými prípadmi detí, ktoré už poznáme. Pamätáte si možno príbeh slepého chlapca, Brada Barrowsa, ktorý mal v čase svojho zážitku sedem rokov a tiež vystúpil z tela, vznášal sa ku stropu a nakoniec prešiel cez strechu, podobne ako Mark. Obaja boli vtiahnutí do tunela, cez ktorý s ťažkosťami prešli, aby sa potom vynorili v prostredí zaliatom svetlom. Obaja stretli bytosť, ktorá ich zastavila a proti ich vôli poslala späť do tela. Podobnosti sú také zrejmé (a, mohol by som ich uviesť ešte viac), že nepotrebujú nijaký komentár. Je možné, aby sa dve fantázie na seba tak podobali?

Po tretie, od Markovej matky vieme, že keď bol celkom malý, jeho život bol značne obmedzený a nebol vystavený zvyčajným vplyvom, ktoré sú také typické pre deti jeho veku. Počas panelovej diskusie jeho matka poznamenala:

Nebol vonku na verejnosti. Nikdy nebol v kostole, ani v nedeľnej škole. Nikdy nebol ani v obchode. Do domu k nám nechodili cudzí ľudia. Mal veľmi izolovaný život. Nijako sa nemohol o týchto veciach dozvedieť.

Aj tieto slová sme už počuli. Povedala ich matka malého Stevena, ktorého príbehom sa začala táto kapitola. Aj ona uviedla, že jej syn žil veľmi uzavretý život a nemohol sa o tom dozvedieť z okolia.

Markova matka musela tiež čeliť pochybnostiam a skepse ľudí, ktorým sa s týmto príbehom zdôverila. Sama otvorene hovorí ako sa s tým vyrovnala:

Ľudia vám začnú hovoriť: „Ako môžete veriť dieťaťu, keď vám hovorí o tom, čo sa mu stalo ako deväťmesačnému?“ Odpoviem im na to: „Ako mu môžete neveriť, keď vám povie, kde ste stáli, pričom to nemohol vidieť? Ako mu môžete neveriť, keď vám povie veci, ktoré sa stali, o ktorých sa nemohol nijako dozvedieť?“

Markov príbeh môže pôsobiť provokačne na naše predstavy o tom, čo si môžu pamätať malé deti, nemôžeme ho však zmietnuť zo stola ako obyčajné fantazírovanie. O jeho hodnovernosti svedčí príliš veľa údajov, okrem toho, nebol najmladší spomedzi zaznamenaných prípadov. Aby som vám ukázal, ako ďaleko môžu siahnuť takéto spomienky, uvediem stručne niekoľko ďalších prípadov, pri ktorých uvidíte, že vôbec nemusia platiť tie obmedzenia, o ktorých sme takí presvedčení.

V roku 1985 publikoval detský lekár David B. Herzog v lekárskom časopise prípad dievčatka, ktoré malo takýto zážitok vo veku šiestich mesiacov.¹¹ Sami môžete posúdiť predložené dôkazy a vyvodiť vlastné závery.

Herzog hovorí o dievčatku, ktoré priviezli do nemocnice so zlyhaným obličkovým a krvným obehom bez veľkej nádeje na prežitie. Napriek všetkému očakávaniu však prežila, úspešne sa vyviečila a prepustili ju. Niekoľko neskorších udalostí však naznačilo, že počas ohrozenia života mohla prejsť zážitkom na prahu smrti.

O niekoľko mesiacov po prepustení dostala panický strach, keď ju súrodenci prehovárali, aby prešla tunelom v miestnom obchode. Príčina takejto reakcie nebola jasná, ale „tunelová panika“ sa u nej objavila aj neskôr pri mnohých iných príležitostiach. Jej matka hovorila, že počas týchto epizód začala hovoriť veľmi rýchlo, bola neprimerane vyľakaná a ohromená, akoby ten tunel celkom dobre poznala. Keď mala tri a pol roka, matka jej čosi hovorila o tom, že stará mama asi umrie a dieťa na to zareagovalo otázkou: „Bude musieť stará mama prejsť cez ten tunel, aby videla Boha?“

Uvediem nakoniec ešte jeden prípad z listu, v ktorom mi jeho pisateľka tvrdí, že si pamätá udalosti z raného detstva. V tomto prípade je však celkom možné, že jej spomienka súvisí so zážitkom na prahu smrti:

Myslím, že každému z nás sa raz stane, že si spomenie na niektoré prvé konkrétne udalosti svojho života. Pre mňa to boli dve.

Tá druhá sa stala v roku 1950, keď som mala asi dva roky. Veľmi živo sa pamätám, ako som ležala na stole, plakala som a videla ľudí okolo stola vplášťoch a rúškach. K mojej tvári sa blížila nádobka s éterom, cítila som ten odporný zápach a potom nastala tma.

Moja prvá konkrétna spomienka je na udalosť, ktorá sa stala ešte skôr. Bola som v tmavom tuneli s jasným svetlom na konci. Pozrela som sa dolu a trochu doprava a zbadala som nejaké dieťa. Celé roky som si myslela, že to bola spomienka na moje vlastné narodenie, ale potom som si uvedomila, že to je absurdné. Napadlo mi, či som nepochádzala z dvojčiat. Táto eventualita sa však vyľúčila. Dozvedela som sa, že keď som mala šesť rokov, dostala som čierny kašeľ a bola som veľmi chorá.

Aký je jej záver?

Verím, že som mala skutočný, i keď krátky, zážitok na prahu smrti. Žijem v pokoji a mieri, pretože viem, že som našla pravdivé vysvetlenie raných spomienok, ktoré ostali v mojom vedomí... Nikdy som nepoznala skutočný strach zo smrti a vždy som s úplnou istotou verila, že život pokračuje ďalej.

Môže vám teraz napadnúť otázka, či uvedené prípady predstavujú vrchol vedomých spomienok na rané detstvo. Väčšina ľudí zrejme odmietne pripustiť, že by si mohlo šesťtýždňové dieťa pamätať zážitok na prahu smrti. Ako sa však čoskoro dozvieme, máme dostatok empirických dôkazov o tom, že procesy zapamätania u detí môžu byť v takom mladom veku, ba i v ešte mladšom, naozaj presné. Niekoľko ľudí mi osobne tvrdilo, že si pamätajú svoj zážitok na prahu smrti pri narodení. Niektorí z nich mi nielen napísali o svojich spomienkach, ale doložili ich aj informáciami o tom, že buď ich museli preberať k životu hneď po narodení, trpeli na cyanózu alebo nastali iné komplikácie počas pôrodu.

Neočakávam samozrejme, že uveríte týmto tvrdeniam na základe takých chatrných dôkazov. Avšak skôr ako ich odmietnete ako výplody fantázie, mali by ste sa pozrieť na nedávny výskum pamäte novorodencov.

PERINATÁLNA PAMÄŤ

Moderný výskum ľudskej pamäte dospel k jednoznačným záverom, že pamäť nie je jednotný proces. Dnešní neurológovia ho nazývajú skôr „modulárnym“, pretože rôzne časti mozgu kódujú rozličné typy vnemov. Vizuálna pamäť sa napríklad prezentuje v mozgu ináč ako pamäť sluchová. Dokonca aj v konkrétnej pamäťovej doméne, napríklad vizuálnej, určité časti prednej mozgovej kôry reagujú na tvar a farbu, zatiaľ čo iné registrujú miesto, ďalšie rozoznávajú štruktúru obrazu a tak ďalej.¹³

Jedným z dôsledkov modulárneho chápania pamäte je jej rozdelenie na *typy*. Všetci už vieme, že existuje krátkodobá a dlhodobá pamäť. Veda ďalej rozlišuje medzi pamäťou *deklaratívnu* (čo sa stalo) a *procedurálnu* (ako sa to stalo). Poznáme ešte pamäť autobiografickú, sémantickú, bunkovú a množstvo ďalších, ktorým sa venujú špeciálne výskumy.

Pre naše účely je mimoriadne významná pamäť perinatálna. Týka sa pamäte z obdobia krátko po narodení dieťaťa. Pomenoval ju takto Stanislav Grof, jeden z priekopníkov výskumu pamäte spojenej s vlastným narodením.¹⁴ Predstava možnosti, žeby si dospelí pamätali vlastné narodenie a ďalšie zážitky krátko po ňom, má dlhú a kontroverznú históriu. Nedávne výskumy však poskytli dôkazy, proti ktorým ťažko niečo namietat'. Bola dokonca založená asociácia pre pre- a perinatálnu psychológiu, ktorá už pätnásť rokov skúma aj jej terapeutické možnosti. Jej členmi sú stovky lekárov a ošetrovateľov, akademických pracovníkov, vedcov, terapeutov a učiteľov z celého sveta, ktorí si vymieňajú svoje skúsenosti a poznatky na medzinárodných konferenciách.

Jedným z jej členov a nedávny predseda je David B. Chamberlain, psychológ a bádateľ v oblasti perinatálnej pamäte zo San Diega. Už veľa rokov je vedúcim zástancom existencie perinatálnej pamäte a na obhajobu svojich názorov dal veľa výskumného úsilia. Jeho aktivita na tomto poli je reprezentatívna a keďže úzko súvisí s výskumom zážitkov na prahu smrti u detí, bude dobré, ak trochu času venujeme práve jeho objavom.

Jeho záujem o túto oblasť vzbudili príbehy o malých deťoch, ktoré si pamätali svoje narodenie. Keďže uvádzali pritom pravdivé údaje, ktoré sa nijako nemohli dozvedieť, začal sa nad nimi zamýšľať. Niekoľko príkladov vám pomôže vžiť sa do jeho situácie, keď sa snažil zistiť ako sa mohli k týmto informáciám dostať.

V známej knihe, ktorú o tom napísal,¹⁵ uvádza príbeh tri a polročného chlapca Jasona. Raz večer počas cesty domov zrazu spustil, že si pamätá, ako sa narodil.

Povedal matke, že ju počul kričať a robil, čo mohol, aby sa dostal von. Bolo tam „tesno“ a „vlhko“ a cítil, že má niečo okolo krku. Niečo ho navyše poranila na hlave a pamätá si aj, že mu „poškriabali“ tvár.

Jeho matka povedala, že mu „nikdy nerozprávala o pôrode, nikdy“, ale to, čo povedal, bola pravda. Okolo krku mal omotanú pupočnú šnúru, monitorovali ho pomocou snímača umiestneného na hlave a vytiahli ho kliešťami. Fotografia z nemocnice prezrádza škrabance na jeho tvári.¹⁶

Ďalšie dievčatko vo veku ani nie štyroch rokov rozprávalo o svojom narodení a prezradilo pritom „rodinné tajomstvo“, ktoré pred ňou ukrývali. Pri pôrode bola prítomná priateľka matky a neskoršia príležitostná opatrovateľka Cathy, ktoré pomáhala pôrodnej asistentke. Po pôrode musela asistentka okamžite odísť, matka sa šla okúpať a Cathy ostala s dieťaťom sama. Keď začalo plakať, reflexívne sa jej dala napiť zo svojho prsníka. Keď sa matka vrátila, dieťa už spalo a Cathy s akýmsi pocitom viny, z toho, že bola prvá, ktorá ho nakojila, matke nič nepovedala.

Takmer o štyri roky neskôr, Cathy opatrovala to isté dieťa a len tak zo zvedavosti sa ho opýtala, či si pamätá na to ako sa narodila. Neskôr Cathy o tom povedala Chamberlainovi:

Odpovedala mi: „Ano!“ a presne písala kto bol prítomný a akú mal pri jej narodení úlohu. Opísala tlmené svetlo v tele matky a tlak, ktorý cítila počas pôrodu. Potom sa nahlo bližšie a zašepkalo dôverným tónom: „Vzala si ma na ruky a dala si mi piť, keď!

tam mama nebola." Keď to povedala, vyskočila a išla sa hrať. A Cathy konci slovami: „Nech mi nikto nehovorí, že deti si nepamätajú ako sa narodili.“¹⁷

Keď sa Chamberlain dozvedel o takýchto prípadoch, pokladal si za povinnosť zistiť, či by sa potvrdili v systematickom výskume. Za týmto účelom si vybral desať dvojíc matiek s deťmi a počas hypnózy každému oddelene kládol otázky súvisiace s pôrodom, ktorý každý z dvojice vnímal z inej perspektívy. Do výskumu zaradil samozrejme len tie matky, ktoré sa mohli záručiť, že o týchto veciach s deťmi nikdy nehovorili. Aby mohol pokus vyhodnotiť, predpokladal, že výpovede matiek budú aspoň približne presnými opismi okolností pôrodu, s ktorými by potom mohol porovnať svedectvo detí.

Keď potom tieto výpovede porovnal, zistil, že výpovede matiek a ich detí vo všeobecnosti súhlasili a v niektorých podrobnostiach sa až neuveriteľne zhodovali. Svoje zistenia takto sumarizuje:

Deti presne uviedli mnohé detaily, ako napr. časť dňa, miesto, prítomné osoby, použité nástroje, polohu pri pôrode, správanie sestier a lekárov, prvé kŕmenie, rozloženie nábytku v izbe a podrobnosti pri prepúšťaní z nemocnice a pri ceste domov. Poradie udalostí uvádzajú vo všeobecnosti správne: nastupovanie a vystupovanie z auta, zmena miestností a postelí alebo iného zariadenia, kŕmenie zfiase alebo prsníka, príchod a odchod lekárov a otcov¹⁸

Keď som čítal jeho výsledky, okamžite sa ma zmocnil ten divný pocit déjà vu, pretože spomienky detí na narodenie sa veľmi podobali na opisy zážitkov mimo tela u dospelých. Ťažko sa dá vyhnúť záveru, že novorodenci a umierajúci ľudia vidia svoje telo z podobného uhla pohľadu. Tomuto vzťahu medzi perinatálnymi a mimotelesnými vnemami sa venuje Chamberlain i v iných prácach.¹⁹

Detaily uvádzané deťmi sú rovnako presné, ako to bolo v prípade overovacích štúdií detských zážitkov na prahu smrti. V týchto prípadoch sa výpovede detí overujú na základe spomienok matky. Pozrime sa napríklad na tento prípad:

Keď priniesli dieťa k matke, jej reakcia bola: „Zdvihnem ju hore a ovoniam ju. Ovoniam jej hlavičku. Pozriem sa na pršteky na nohách a vravím: „Och, Bože! Ved' má zdeformované pršteky na nohách!“ Zavolala sestru a opýtala sa jej na prsty na nohách. Tá ju však ubezpečila, že sú normálne.

Dieťa (nezávisle od toho) uviedlo: „Dvíha ma hore, pozerá na mňa... Ovoniava ma! A opýtala sa sestričky, prečo mám také smiešne prsty na nohách... Sestrička povedala, že sú jednoducho také aké sú a že nie sú zdeformované.“²⁰

Na základe dôkazov jeho práce, ako aj iných štúdií o perinatálnej pamäti, Chamberlain nevyhnutne dospieva k záveru, že spomienky na vlastné narodenie získané v riadenom a systematickom výskume sú často nefalšovanými spomienkami na skutočný zážitok. Poukazuje ďalej na to, že moderný výskum vo vývinovej psychológii a neurológii pomáha prekonať staré názory o nemožnosti takýchto spomienok. Ako nepodložené sa ukázali námietky vychádzajúce z predpokladu, že batolatá nemajú dosť neurónového myelínu, alebo že pri narodení nie je ich mozog vyvinutý natoľko, aby umožnil procesy zapamätania. Chamberlain to sumarizuje slovami: „Spomienky na vlastné narodenie sa väčšinu storočia považovali za „fantáziu“ a prenatálne spomienky za „nemožné.“ Fantáziou boli v skutočnosti hranice vedy, ktoré stanovila psychológia a neurológia.“²¹

Tu musíme samozrejme rozlíšiť ďalšiu paralelu medzi tým, čo nás učia umierajúci a čo sa dozvedáme z výskumov o spomienkach na narodenie: Veda si musí vytvoriť priestor pre skutočnosti, ktoré boli zavrňované ako fantázie.

Zrelosť mentálnych procesov, ktorá je očividná už pri narodení ako i pred ním, nám kladie základné otázky o vzťahu medzi myslou a fyzickými štruktúrami mozgu a nervového systému, pričom na tieto otázky nie je zrejme vývinová psychológia v rámci existujúcej paradigmy schopná odpovedať.²²

Tento Chamberlainov záver sa v podstate zhoduje s tým, ku ktorému sme dospeli v poslednej kapitole po prehľade

o dôkazoch o pravdivosti mimotelesného vnímania. V každom prípade nás zážitky pri extrémnych životných situáciách, ako je narodenie a smrť, nútia pripustiť: možnosť, že naše vedomie v konečnom dôsledku zrejme presahuje svoj telesný domov.

ZÁVERY

Zistenia Chamberlaina a objavy súčasnej neurológie týkajúce sa pamäte v ranom detstve nás stále viac presvedčajú o tom, že si v živote môžeme neskôr naozaj spomenúť na udalosti z prvých dní nášho života, teda samozrejme aj na zážitok na prahu smrti. Ak je tomu tak, potom by správy o zážitkoch umierajúcich detí, zvlášť veľmi malých, predstavovali veľmi dôležitý argument podporujúci autenticitu týchto zážitkov. Nejde teda o príbehy motivované náboženstvom alebo modernou kultúrou presýtenou zážitkami na prahu smrti. Naopak, tieto deti zrejme opisujú niečo, čo patrí k samotnej podstate ľudskej osobnosti a k čomu dochádza, keď jeho vedomie začne vnímať blízkosť smrti. Náboženstvo môže tieto zážitky podfarbiť alebo ovplyvniť ich interpretácie, televízne programy môžu z nich robiť senzácie alebo dokonca neustálym zneužívaním nášho hladu po poznatkoch z takýchto transcendentálnych ciest spraviť z nich niečo triviálne; nič z toho však nie je ich prvotným impulzom. Ich obsah a štruktúra sú odvodené z niečoho, čo je mimo nášho kultúrneho rámca.

O ich originálnom zdroji sa môžeme iba dohadovať a žiaden výskum zážitkov na prahu smrti nedokáže na túto otázku odpovedať. Čo však výskum detských zážitkov na prahu smrti dokazuje, je, podľa mňa, neudržateľnosť zdánlivo prijateľných námietok kritikov, ktorí nás ani v najmenšom neprivádzajú bližšie k rozlúšteniu ich tajomstva. Ale hoci možno kritici nateraz stíchli (aspoň dočasne!), neznamená to, že my sme mali posledné slovo. Máme možno väčší dôvod prijímať takýto zážitok ako autentický fenomén, všetka snaha o jeho pochopenie zvonku však ostáva márna.

POSLEDNÉ SLOVO OD MARCA

Spomenul som si naňho nedávno, keď som sa v Montreale zúčastnil veľkej a okázalej konferencie venovanej smrti a umieraniu. Jej hlavným cieľom bolo zbližiť západných intelektuálov a vedcov s predstaviteľmi tibetského budhizmu, na čele so samotným dalajlámom pri diskusiách o takých témach ako je utrpenie, liečenie a smrť. Tri dni sme počúvali uhladené akademické prezentácie, zúčastňovali sa na seminároch a diskusiách, na ktorých vystupovali významné osobnosti Západu i Východu.

V posledný deň konferencie bola veľmi pôsobivá panelová diskusia, ktorá mala celé zhromaždenie ukončiť. Medzi rôznymi kanadskými vedcami sa jej zúčastnil aj Stanislav Gróf. V špeciálnej úlohe komentátora bol prítomný, podobne ako na otváracom dni, aj dalajláma. Každý mal predniesť asi polhodinový príspevok a na jeho konci sa mal obrátiť na Jeho svätosť s konkrétnym problémom, o ktorom sám hovoril.

Sedel som v treťom rade medzi obecnstvom, priamo pred rečníckym pultom a nemohol som si nevšimnúť malého chlapca, ktorý si v poslednej chvíli sadol do predného radu vedľa ženy, ktorá bola zrejme jeho matkou. Počas striedania jednotlivých rečníkov som si uvedomil, že stále uprene pozorujem toto dieťa, pretože v jeho zjave bolo čosi výnimočné. Vznášal sa okolo neho akýsi pokoj, priam akási dôstojnosť, vďaka ktorej pôsobil ako ostrov ticha uprostred obecnstva, ktoré neustále šumelo v očakávaní slávnostného ukončenia celého podujatia. Okrem, pre mňa nápadnej, prítomnosti, vyzeral veľmi nezvyčajne. Cítil som sa skoro ako v prítomnosti nejakého zjavenia, pretože bolo na ňom nepopierateľné niečo zo sveta duchov. Bol malý ale štíhly, mimoriadne bledý a mal jemné, riedke vlasy. Hneď, keď som ho zazrel, spomenul som si na fotografie obetí holokaustu - príznaky vychudnuté na kosť, ktorým už smrť pozerala z očí. Nebolo to obyčajné dieťa a viem, že ostatní okolo mňa mali podobné pocity akéhosi previnenia, keď na neho civeli.

Potom nastal nejaký rozruch, niektorí organizátori prišli k nemu a hovorili s ním ako aj so ženou, ktorú som považoval za jeho matku. O chvíľu ho už viedli k pódiu, kde zaujal svoje

miesto medzi ostatnými váženými osobnosťami. Všetci boli pravda zmätení a zvedaví, kto je tento mladučký zmeškaný účastník a prečo sa mu dostalo toľko pozornosti a neočakávaného privítania od ostatných rečníkov.

Moderátor čoskoro vysvetlil, že chlapca pozvali, aby tu vystúpil ako posledný rečník. Povedal, že sa volá Mare Beaulieu a uviedol jeho vek (nespomínam si presne, ale mohol mať deväť rokov). Ukázalo sa, že trpí na nevyliciteľnú formu leukémie a z istých dôvodov, ktoré nám z istých dôvodov nespresnili, sa veľmi chcel stretnúť s dalajlámom. Každého to určite dojalo a Marc začal o chvíľu čítať (po francúzsky) spevavým hlasom krátky prejav, ktorý on (alebo niekto iný) napísal na túto príležitosť. Zaoberal sa v ňom najmä tým, že zomierajúce deti, ako on, chcú aby sa s nimi zaobchádzalo ako so všetkými inými a nechcú byť izolované ako keby mali lepru. Obecenstvo slušne, ale so sympatiami zatlieskalo, malý Mare sa stiahol do seba, nasadil si slúchadlá (pre prípad ďalšieho tlmočenia do francúzštiny) a zdalo sa, že tým jeho účasť na konferencii skončila.

Sedeli sme tam ďalšie dve hodiny a počúvali ďalších excelujúcich rečníkov, pričom jeden z nich (nie Gróf, ktorý mimochodom predniesol veľmi taktný a duchaplný príspevok) poskakoval okolo javiska a gestikuloval smerom k eroticky ladeným diapozitívom, čo sa určite väčšine účastníkov vôbec nepozdávalo. Dalajláma medzitým v spolupráci s tlmočníkom komentoval jednotlivé príspevky, pričom ich dopĺňal múdrymi a vtipnými postrehmi. Marc ostal pri tom všetkom na javisku takmer zabudnutý a, tak povediac, neviditeľný.

Popoludnie ubiehalo, diskusia sa vliekla a mal som pocit, že všetci už toho majú dosť. Pri prejave posledného rečníka sme mali pocit, že sa topíme v tom množstve slov vo francúzštine a angličtine.

Konečne nastal čas na otázky a asi po pätnástich minútach si ktosi spomenul na Marca. Mal povedať, čo si o tom všetkom myslí a najmä aký má názor na smrť. Očividne ho to zaskočilo, ale rýchle sa spamätal.

Keď odložil slúchadlá a začal hovoriť, obecenstva sa zmocni-

lo určité napätie. Hovoril tichým hlasom a stíchla aj celá sála. V podaní tlmočníka som v slúchadlách počul tieto slová:

Myslím si, že keď umriete, neznamená to koniec. Nemôže to byť koniec, pretože v mojej mysli je to nemožné. Pokračuje to — vraciame sa jednoducho domov. Ideme domov, kde sme boli predtým ako sme prišli do tohto života. A tento život je iba o tom, že sa tu musíme niečo naučiť. A keď sa to naučíme, ideme späť domov. Ideme tam, kde sme boli predtým. A tento život je samozrejme obmedzený na určité časové obdobie. Myslím, vonkajší život. Ale život, ktorý je vo vnútri, ten nekončí nikdy.

Zdalo sa, že po týchto slovách ostatní rečníci nevedeli ako zareagovať. Po takomto spontánnom a priamočiarom prejave, ktorý sa očividne opieral o jeho priamy zážitok, azda všetci prítomní ostali ako omráčení. Po takmer troch hodinách rozprávania nás toto dieťa umlčalo jednoduchou, ale hlbokou pravdou o živote a smrti.

Stan Grof, ktorý sedel vedľa Marca, vstal prvý a začal tleskať. Ostatní, zrejme trochu zahanbení, boli priam donútení, aby sa pridali. Dalajláma vstal nežným gestom chlapca požehnal a okolo krku mu zavesil veniec kvetov. Medzitým vstali všetci a tleskali Marcovi. Aj ja som stál s očami plnými slz, ako mnohí okolo mňa.

V tejto nepredvídanej chvíli vypukol chaos. Mnohí sa rozbehli k pódiu a zabľýskali sa svetlá fotoaparátov. Dalajlámu rýchle odvieďla jeho skupina, zatiaľ čo ostatní sa okolo nej tlačili. Ostatní rečníci stáli a nevedeli, čo majú robiť. Nastal všeobecný zmätok a pevná štruktúra konferencie sa zásluhou niekoľkých slov deväťročného chlapca, umierajúceho na leukémiu, úplne rozsypala.

Táto konferencia sa vlastne nikdy úplne neskončila. Spôsobili to Marcové slová, ktoré vyvolali v obecnstve citový otras. Pamätám si ich ako tie najvhodnejšie záverečné slová vyslovené na tejto konferencii. Vyšli sme po nich pokorení a omámení do slnkom zaliateho montrealského popoludnia a Marcové slová nám stále zneli v našich ušiach — a dušiach.

Bola to ďalšia lekcia od svetlom naplneného chlapca, ktorý nám pomohol pripomenúť si, o čom nás má učiť smrť.

Pri čítaní jeho slov si možno spomeniete na to, čo povedala udivená Stevenova matka, keď uvažovala nad spontánnymi poznámkami dvojročného syna o tom, čo sa stane, keď zomrieme. Napísala:

Považovala som to za významné, že niekoľkí vaši respondenti spomínali pocit návratu domov, dôverné poznanie, pocit, že vždy poznali všetko, čo zažívali. Je možné, aby si celkom malé deti zachovali nejaké spomienky, že tam už boli?

Z pohľadu Marcovho svedectva je možné, že mala nakoniec pravdu.

Poznámky

- 1 Okrem knihy *Closer to the light* (Bližšie k svetlu) (New York: Villard, 1990) Morse nedávno publikoval jej pokračovanie *Transformed by the light* (*Premenení svetlom*) New York. Villard, 1992), ktoré sa zaoberá dôsledkami zážitku na prahu smrti u detí. Okrem týchto kníh Morse publikoval na túto tému spolu so svojimi spolupracovníkmi niekoľko pôvodných článkov v medicínskej literatúre. Medzi nimi sú napríklad: M. Morse: „A near-death-experience in a seven-year-old child (Zážitok na prahu smrti u sedemročného dieťaťa), *American Journal of Diseases in Children*, 137 (1983), str. 959-961; M. Morse, P. Castillo, D. Venecia, J. Milstein a D. C. Tyler: „Childhood near-death experiences, (Detské zážitky na prahu smrti), *American Journal of Diseases in Children*, 140 (1986), str. 1110-1114; M. Morse et al: „Near-death experiences in a pediatric population (Zážitky na prahu smrti v pediatrickej populácii), *American Journal of Diseases in Children*, 139 (1985), str. 595-600; a M. Morse: „Near-death experiences and death-related visions in children: Implication for the clinician (Zážitky na prahu smrti a vízie smrti u detí: implikácie pre kliniku), *Current Problems in Pediatrics*, 24 (1994), str. 55-83.
- 2 Toto rozprávanie vychádza z knihy Morseho *Closer to the light* (Bližšie ku svetlu), str. 3-8, ako aj z jeho dodatočných informácií z jeho článku „A near-death-experience in a seven-year-old child' (Zážitok na prahu smrti u sedemročného dieťaťa).

- 3 R. Moódy: *The light beyond* (New York: Bantam, 1988), kapitola 3, str. 45-60.
- 4 Ibid., str. 48-49.
- 5 William J. Serdahely: „A comparison of retrospective accounts of childhood NDEs with contemporary pediatric accounts (Porovnanie retrospektívnych výpovedí detských zážitkov na prahu smrti so súčasnými pediatrickými výpoveďami), *Journal of Near-Death Studies*, 1B, str. 219-224.
- 6 Roxanne Summersová, *The wave of light (Svetelná vlna)*, (Corvallis, Oregon: Agadir Press, 1994).
- 7 G. O. Gabbard a S. W. Twemlow: „*With the eyes of the mind (Ocami mysle)*, New York: Praeger, 1984), kapitola 9, str. 154-166.
- 8 Ibid., str. 154-156.
- 9 Prevzal som veľkú časť tejto výpovede priamo z video nahrávky zhotovenej na tejto konferencii nazvanej *Transcending the limits (Prekonná hraníc)*, *Seattle IANDS Newsletter*, 1993.
- 10 Morse sám uvádza krátku výpoveď vo svojej knihe *Closer to the light (Bližšie k svetlu)*, str. 35-37.
- 11 Tento prípad je publikovaný v článku Dr. Herzoga a Johna T. Herri-
na: „Near-death experience in the very young“ (Zážitky na prahu
smrti u veľmi malých detí), *Critical Care Medicine*, 13 (1985),
str. 1047-1075.
- 12 Ibid., str. 1074.
- 13 Dobrý úvod na pochopenie tejto mozgovej funkcie je v knihe Ri-
charda Restaka: „*The modular brain*“ (*Modulárny mozog*), (New
York; Macmillan, 1994).
- 14 Stanislav Grof je pôvodom český psychiater a psychoanalytik, jeden
zo zakladateľov transpersonálnej psychológie na konci 60-tych rokov.
Najviac sa preslávil svojím výskumom účinkov psychedelických látok
na ľudské vedomie a bezliekovou experimentálnou terapiou nazva-
nou holotropná integrácia. O svojich objavoch týkajúcich sa perina-
tálnych zážitkov napísal veľa kníh, včítane *Realms of the human un-
conscious (Oblasti ľudského nevedomia)* (New York: Viking, 1975),
(spolu s Joan Halifaxovou) *The human encounter with death (Stretnutie človeka so smrťou)*, (New York: Dutton, 1977), *Beyond the bra-
in (Za hranicami mozgu)* (Albany, NY: SUNY Press, 1985) a *The ad-
venture of self-discovery (Dobrodružstvo seba-objavenia)* (Albany, NY:
SUNY Press, 1988).
- 15 David Chamberlain, *The mind of your newborn baby (3rd ed.) (My-
seľ vášho novonarodeného dieťaťa (3. vydanie)*. Berkeley, CA: North
Atlantic Books, 1998.
- 16 Ibid., str. 103.

- 17 Ibid., **str.** 104.
- 18 David Chamberlain: „*Consciousness at birth: A review of the empirical evidence (Vedomie pri narodení: prehľad empirických dôkazov)* (San Diego, CA: Chamberlain Publications, 1983), str. 34.
- 19 Pozri jeho článok: „The expanding boundaries of memory" (Rozširujúce sa hranice pamäte) *ReVision*, 12 (1990), str. 11-20.
- 20 Chamberlain, *Consciousness at birth (Vedomie pri narodení)*, str. 35.
- 21 Chamberlain: „The expanding boundaries of memory" (Rozširujúce sa hranice pamäte) *ReVision*, str. 18.
- 22 Chamberlain, *Consciousness at birth (Vedomie pri narodení)*, str. 43.

*Život po stretnutí
so Svetlom*

V roku 1984 som vydal prvú knihu *Heading toward Omega* (*Pred nami je Omega*), ktorá bola mojou prvou rozsiahlou štúdiou o dlhodobých následkoch zážitku na prahu smrti. Poukázal som v nej na to, že práve tak ako sa tento zážitok skladá zo svojich charakteristických prvkov, to isté platí aj na zmeny, ku ktorým dochádza neskôr u dotýčnych ľudí. Nech už boli pred zážitkom akokoľvek rozdielni, prejavili sa u nich udivujúce podobnosti vo viere, životných hodnotách, správaní a všeobecnom názore na život. Z psychologického hľadiska to vyzeralo tak, akoby sa všetci podrobili rovnakej iniciačnej skúške - vyvolanej traumatickým zážitkom, ktorý ich priviedol k novým, radikálne odlišným názorom na život — a potom sa z nej vrátili, aby hovorili jednoduchým jazykom a konali na základe tajného poznania zo spoločne zdieľanej vízie. V tejto knihe som konštatoval, že hoci títo ľudia ostali osobnostne rozdielni, po zážitku mali tendenciu smerovať k spoločnému *psychologickému profilu*. Jednoducho povedané, väčšina z nich sa nielenže zmenila, ale zmenila sa veľmi podobným spôsobom.

Počas štrnástich rokov, ktoré uplynuli od vydania tejto mojej štúdie, mnoho ďalších prác moje zistenie potvrdilo.¹ Najmenej osem ďalších veľkých výskumov o následkoch zážitku na prahu smrti na ďalší život dotýčnych ľudí poskytlo ďalšie dôkazy o jednotnej štruktúre následných zmien. Uvedené výskumy sa konali v USA, Anglicku, Austrálii a Taliansku - ale rovnaké výsledky sa dosiahli v každej inej krajine, v ktorej sa takýto výskum podnikol. Zdá sa, že sa všetci ľudia po zážitku

na prahu smrti, aspoň pokiaľ ide o západný svet, zhodujú vo svojej viere, správaní, hodnotách a svetonázore.

Všeobecná zhoda dôsledkov zážitku na prahu smrti môže byť pozoruhodná, môžete si však položiť otázku, prečo ju tu spomínam. Dôvod je jednoznačný: Tieto štúdie ukazujú, že nech už je podstata zážitku akákoľvek, *je reálny vo svojich dôsledkoch*. Keby ste začali tieto dôsledky podrobne skúmať, veľmi skoro by ste pochopili, ak už nie ste o tom presvedčení, že určite nejde o také zmeny, aké by sme očakávali, keby zážitok na prahu smrti bol iba halucináciou alebo čisto psychologickým fenoménom. Podobnosť zmien po tomto zážitku a ich špeciálny a pretrvávajúci charakter je takto ďalším argumentom na obhajobu jeho autenticity.

Zatiaľ čo som naznačil, že rovnaká štruktúra následkov tohto zážitku je všeobecne rozšírená, nešpecifikoval som jej jednotlivé prvky. Ak teda hovoríme o spoločnom psychologickom profile ľudí po zážitku na prahu smrti, čo ho vlastne tvorí?

V skutočnosti sme už o tomto profile hovorili. Možno si pamätáte Laurelynn Martinovu z prvej kapitoly. Musím vám tu pripomenúť, že keď mi napísala, priložila do listu zvláštny zoznam vlastností, aby mi doložila ako jej zážitok ovplyvnil život (pozri str. 57-58). Vtedy som bol zarazený tým ako dobre to vystihovalo väčšinu zmien, ktoré som opísal v knihách, ale, možno si spomínate, že som sa neskôr dozvedel, že Laurelynn ich nečítala. Jej list bol takto zvlášť povzbudzujúcim potvrdením profilu, ktorý som už dobre poznal.

Skôr ako začneme skúmať anatómiu tohto profilu, možno si budete chcieť prečítať ešte raz jej list ako aj všeobecné konštatovanie, o zmenách, ktoré nastali po jej zážitku. Po ich prečítaní (na str. 53-58) získate dobrý prehľad o území, na ktoré sa chystáme vstúpiť.

ZMENY V PSYCHIKE A SPRÁVANÍ PO ZÁŽITKU NA PRAHU SMRTI

V niekoľkých nasledujúcich kapitolách budeme podrobne skúmať špeciálne účinky zážitku na prahu smrti. Najskôr vám ich však chcem predstaviť v krátkom, systematickom prehľade.

Nebudem pritom ilustrovať každý prvok konkrétnymi príkladmi, ale uvediem ich až na konci kapitoly. Budete tak mať lepšiu možnosť pozorovať, ako sa jednotlivé tóny zážitku na prahu smrti zlievajú do spoločnej melódie, ktorá potom zaznieva v každodennom živote týchto ľudí.

Vyššie hodnotenie života

Väčšina ľudí po zážitku na prahu smrti sa vracia do života s oveľa kladnejším vzťahom k jeho každodenným prejavom — vnímajú zrazu krásu tváre starej ženy, radujú sa z majestátnej sily prírody i z obyčajného rozhovoru. S väčšou radosťou vnímajú všetko to, čo nám už zovšednelo a na čo sme si zvykli. Pociťujú radosť zo samotného života a majú tendenciu pozeráť naň ako na zázrak.

Prijímanie seba samého

Po zážitku na prahu smrti sa posilňuje pocit vlastnej hodnoty a prijímania seba samého. Pocity osobnej neistoty, plachosti a prehnanej potreby vyhovieť alebo podriaďiť sa iným často vystrieda sebadôvera a otvorenosť, ktorá môže udiviť tých, ktorí dotyčného človeka poznali pred jeho zážitkom.

Záujem o ostatných

Jedna z najnápadnejších a najtrvalejších zmien po zážitku na prahu smrti je hlbší a ohľaduplný záujem o ostatných ľudí. Služba iným, ako to povedal jeden z týchto ľudí, je „reálnejšia, ako celý tento svet“. Prejav lásky jednému z blízkych je iba odovzdaním zlomku z toho, čo človek dostal vo Svetle a pocit nutnosti takto konať je v niektorých prípadoch takmer neprekonateľný.

Úcta k životu

Väčšina ľudí po zážitku na prahu smrti zisťuje, že ich záujem o iných sa nemôže obmedziť iba na ľudí, ale vzťahuje sa bez-

výhradne na celý život. Hodnoty mnohých týchto ľudí charakterizuje úcta k životu zvierat, k prírode ako aj zvýšená citlivosť k ekologickému zdraviu celej planéty.

Antimaterializmus

Po blízkom kontakte so smrťou sa javí život sústredený na materialistické hodnoty a zisky ako prázdny a nezmyselný.

Strata záujmu o súťaženie

Mnohí ľudia po tomto zážitku hovoria, že už nemôžu žiť podľa všeobecne platných pravidiel vyžadujúcich súťaženie o materiálne výhody a úspech v živote. Nestoja už vôbec o to, aby boli nejakými vplyvnými či dôležitými osobami. To, na čom záleží, je skôr starostlivosť o iných, a nie vlastný úspech.

Duchovnosť

Je zaujímavé, že mnohí títo ľudia po svojom zážitku hovoria, že sa nestali viac nábožní ale duchovnejší. Majú na mysli to, že formálne aspekty náboženstva — v zmysle organizovanej inštitúcie — strácajú na význame a dôležitá sa pre nich stáva univerzálnejšia a širšia duchovnosť, ktorá sa dotýka každého človeka.

Túžba po poznaní

Títo ľudia pociťujú obrovský smäd po vedomostiach, čo im často pomáha pri duchovnom hľadaní. Pre mnohých z nich sa hlavnou motiváciou stalo žiť v súlade s tým, čo sa dozvedeli od Svetla a tak sa znovu utvrdiť v poznaní, ktorého sa im počas zážitku dostalo.

Pocit zmyslu života

Hlbokým presvedčením sa stáva to, že život má svoj zmysel a každý má v ňom nejakú posvätnú úlohu. Mnohí majú pocit,

že majú po svojom zážitku objaviť duchovný dôvod vlastného bytia a tak naplniť svoje životné poslanie.

Strach zo smrti

Zážitok na prahu smrti má tendenciu úplne a navždy vymazať strach zo smrti. Zatiaľ čo v človeku ostáva bežný strach spojený s procesom umierania, moment smrti sa považuje za oslobodzujúci prechod do nádherného stavu, v ktorom títo ľudia už krátku chvíľu pobudli.

Život po smrti

Spravidla títo ľudia nadobudnú presvedčenie, že ich po smrti tela očakáva istá forma vedomej existencie. Mnohí sa stanú prístupnejší názorom o určitej forme reinkarnácie alebo im úplne uveria.

Viera v Boha

Nezáleží na tom, aký termín im vyhovuje a bez ohľadu na to, či verili v neho predtým, po zážitku majú tendenciu tvrdiť, že teraz sú hlboko presvedčení o jeho existencii. Niektorí z nich však radšej používajú v tomto kontexte pomenovanie „Svetlo“.

Toto sú teda niektoré hlavné prvky psychologického profilu ľudí po zážitku na prahu smrti — súbor pretrvávajúcich a navzájom sa podporujúcich presvedčení a hodnôt, ktoré spôsobujú zmeny v ich každodennom správaní i v názore na celý vesmír. *Následky tohto zážitku však ani zďaleka nie sú obmedzené iba na tieto zmeny.* Nedávny výskum odhalil celú sériu ďalších následkov, ktoré ešte viac potvrdzujú, že takéto výrazné zmeny v ľudských schopnostiach nemožno v žiadnom prípade vysvetliť jednoducho nejakými psychologickými teóriami. V ďalšom texte sa preto samozrejme budeme zaoberať týmito ďalšími, často mimoriadnymi, prejavmi.

ZMENY VO VEDOMÍ A PARANORMÁLNE SCHOPNOSTI

Okrem zmien v presvedčeníach a hodnotách jednotlivca, vyvoľáva zrejme zážitok na prahu smrti aj hlboké zmeny v jeho vedomí. Jednou vetou, dochádza zrejme k tomu, že tento zážitok uvoľňuje bežne driemajúce schopnosti smerujúce k vyššiemu vedomiu a mimoriadnemu pôsobeniu človeka. Môžeme tu rozlíšiť tri hlavné, ale jasne prepojené, aspekty tohto druhu premeny.

Rozšírené vedomie

Mnohí ľudia po zážitku na prahu smrti hovoria o tom, že prežívajú rozšírené stavy vedomia, počas ktorých sú zaplavení informáciami často takou rýchlosťou, že ich nestihnú ani absorbovať. Cítia pritom, že informácie k nim zrejme „prichádzajú“ zo zdrojov, ktoré sa im javia voči ich malému egu celkom jednoznačne ako externé. Množstvo týchto informácií môže byť ohromujúce, ale ich obsah môže byť celkom rôznorodý — môžu byť abstraktné a teoretické, hlboko osobné a významné, duchovné alebo praktické - a pre dotyčného človeka majú obyčajne veľkú cenu.²

Paranormálne vnímanie

Hoci veľa nedávnych výskumov takéto schopnosti potvrdilo,³ už dlhšiu dobu je známe, že zážitok na prahu smrti zrejme urýchľuje rozvoj celého radu mimozmyslových vnemov. Zistilo sa napríklad, že po tomto zážitku sa zvyšuje výskyt takých paranormálnych javov, ako je telepatia, jasnovidectvo a predpovedanie budúcnosti. U týchto ľudí navyše častejšie dochádza k spontánnym zážitkom mimo svojho tela a nezvyčajným vnemom ako je napr. vnímanie energetických polí (známych ako aura) okolo tela iných osôb.

Liečiteľské schopnosti

Napriek nedostatku sústredenej, systematickej práce v tejto oblasti existuje málo pochybností o tom, že medzi zážitkom na

prahu smrti a rozvojom liečiteľských schopností existuje úzke prepojenie. Tomuto prepojeniu sa budeme podrobne venovať v jedenástej kapitole. Dovoľte mi poukázať na to, že literatúra o zážitku na prahu smrti oplýva výpoveďami osôb, ktorí hovoria o nadobudnutí týchto schopností po svojom zážitku a štatistické štúdie rovnako potvrdzujú, že takéto príklady nie sú zriedkavé. Vo vlastnej práci som napríklad zistil, že 42 percent respondentov potvrdilo získané schopnosti liečenia (v porovnaní s 11 percentami v kontrolnej skupine).⁴ Podobný výsledok získala Cherie Sutherlandová. V jej štúdii iba 8 percent austrálskych respondentov potvrdilo tieto schopnosti pred zážitkom na prahu *smrti*, zatiaľ čo po ňom sa k nim hlásilo 65 percent.⁵

Vidíme teda, že zmeny spôsobené zážitkom na prahu smrti nie sú obmedzené len na oblasť psychiky a správania, ale že sa po ňom v ľudskom vedomí zrejme aktivizujú schopnosti vyššieho rádu. Aj tieto okolnosti poukazujú na to, že zážitok musí byť niečím viac ako jednoduchou víziou. Zdá sa, naopak, že na človeka pôsobí niečím čo ovplyvňuje viac ako iba jeho psychiku. V ďalšej časti, po prvýkrát v tejto knihe uvidíme, že zážitok na prahu smrti v skutočnosti zrejme modifikuje nervový systém a mozog človeka.

PSYCHOLOGICKÉ A NEUROLOGICKÉ ZMENY

Nedávny výskum mnohých nezávislých bádateľov poskytol pôsobivé, hoci zatiaľ iba predbežné dôkazy o tom, že zážitok na prahu smrti má tendenciu spustiť celý rad konzistentných fyziologických a neurologických zmien, ktoré samé osebe tvoria istý *psycho-fyzický* syndróm.⁶ Zatiaľ sa zistili štyri hlavné kategórie, ktoré nám pomáhajú určiť komponenty tohto syndrómu zážitku na prahu smrti.

Zvýšená citlivosť

Veľa ľudí nám po tomto zážitku hovorí, že sa stali neobyčajne citliví na svetlo, zvuk, vlhkosť a mnoho ďalších stimulov a pod-

mienok z okolia. Zvyšuje sa ich vnímavosť na rôzne chute a znižuje sa tolerancia na alkohol a lieky. Neprekvapuje preto, že sa u nich vyskytuje aj viac prípadov alergie. Zvlášť pozoruhodná je ich zvýšená citlivosť na elektrinu - začínajú sa u nich objavovať „zvláštne príhody spojené s elektrickými zariadeniami". Mnohí napríklad zistia, že ich digitálne náramkové hodinky prestávajú ukazovať správny čas, alebo v ich prítomnosti dochádza ku skratom elektrických obvodov v aute, v počítačoch, alebo rôzne iné elektrické zariadenia zlyhávajú bez zjavnej príčiny a tak ďalej.⁷

Všetky tieto príznaky sa definujú ako syndróm *hyperestézie*, čo znamená nezvyčajnú citlivosť na podnety z okolia a jeho časťou zložkou je citlivosť na elektrinu. I keď tento syndróm už dávnejšie poznáme a skúmame, stále vieme o ňom veľmi málo.⁸ Pre nás jednoznačne vyplýva jedno: mnohí ľudia „dostanú" tento syndróm po zážitku na prahu smrti.

Ponúka sa nám potom otázka: ako môže „obyčajná halucinácia" alebo iný psychologický jav spustiť takýto efekt?

Stavy znížených fyziologických reakcií

Existujú utčité dôkazy, že v signifikantnom počte ľudí po zážitku na prahu smrti dochádza k charakteristickej fyziologickej zmene, ktorá spôsobuje zníženie telesnej teploty, krvného tlaku a rýchlosti látkovej výmeny, inými slovami spomaľujú sa u nich fyziologické reakcie.⁹ Zdá sa, že k tomuto stavu dochádza zároveň s iným stavom, ktorý sa do určitej miery paradoxne javí ako jeho opak.

Energetické posuny a aktivácia sily kundaliny

Vo všeobecnosti ľudia po zážitku na prahu smrti uvádzajú, že majú viac energie, menej spia, pričom ich výkonnosť tým netrpí.¹⁰ Energetický posun, o ktorom hovoria, je veľmi blízky pojmu, ktorý má pôvod vo východných duchovných tradíciách, ktorý však stále viac prijímajú a uznávajú aj západní psychoterapeuti zaoberajúci sa duchovným prebúdzaním. Ide o pojem známy ako *kundaliny*, označujúci akýsi špeciálny me-

chanizmus, ktorý umožňuje uvoľnenie *prány* (životnej energie) do celého tela. Keď sa mechanizmus aktivuje, energia začne v určitých dráhach pretekať telom a stimuluje prebudenie vyššieho vedomia a to, čo sa nazýva „vnímanie vyššími zmyslami“. Nech už to je akokoľvek, nemožno prehliadnúť tri nezávislé štúdie, ktoré preukázali, že ľudia po zážitku na prahu smrti hovoria o obrovskom náraste symptómov dlho spájaných s aktiváciou *kundaliny*.¹ Ci už je táto interpretácia správna alebo nie, je málo pochybností o tom, že u mnohých ľudí po zážitku na prahu smrti sa začína v ich tele prejavovať obrovská energetická sila.

Zmeny v nervovom systéme a mozgu

Účinky zážitku na prahu smrti na neurologické funkcie sa zatiaľ bohužiaľ preskúmali nedostatočne, hoci o tejto téme existujú v príslušnej literatúre hlboké teoretické špekulácie. Mnohí ľudia však uvádzajú *subjektívne výpovede* o takýchto zmenách. V mojej práci *Projekt Omega* som napríklad zistil, že vyše 50 percent mojich respondentov naznačilo zmenené fungovanie nervového systému a čo je ešte zaujímavejšie, viac ako tretina cítila, že po zážitku sa ich mozog naozaj *fyzicky* zmenil.¹² Je samozrejmé, že naše mozgy, ako dynamické systémy, sa nachádzajú v herakleitovskom toku času, pokiaľ nás však nepostihne niečo mimoriadne, ako napríklad nádor alebo úraz, tieto zmeny si ani nevšimneme. Co teda spôsobuje, že veľké percento mojich respondentov tvrdí (a v rozhovore so mnou niekedy zvlášť zdôrazňuje), že ich mozog po zážitku je akoby nanovo „previnutý“?

Keďže nám chýba rigorózný výskum, môžeme sa nad tým iba diviť, ale keď zvážime všetky uvedené zistenia, nebude sa nám zdať až takou absurdnou hypotéza, že zážitok na prahu smrti môže naozaj výrazne ovplyvniť nervový systém človeka a zmeny, ktoré spôsobil môžu byť výsledkom práve takejto veľkej štrukturálnej premeny.

Tento výskum je iba v plienkach a je samozrejmé, že jeho predbežné zistenia sú takmer výlučne založené na subjektívnych výpovediach, ktoré si vyžadujú potvrdenie presnými a ob-

jektívnymi meraniami v laboratóriách. Údaje, ktoré sme však zatiaľ zhromaždili, jednoznačne naznačujú, že zážitok na prahu smrti ovplyvňuje telo, rovnako ako dušu a vedomý kontakt so smrťou nie je len nejaký psychologický jav, ale má tendenciu človeka nanovo naprogramovať na jeho hlbokú psycho-biologickej úrovni. Ak to ďalší výskum potvrdí, budeme mať nový silný dôvod tvrdiť, že zážitok na prahu smrti nemožno vysvetliť na čisto subjektívnych základoch.

V každom prípade, nech je už konečné vysvetlenie zážitku na prahu smrti akékoľvek a nech je v „pravej podstate“ čímkoľvek, jedno je nepopierateľné: *zanecháva na človeku hlbokú a trvalú stopu*. Tieto účinky nepotrebujú žiadne vysvetľovanie samotného zážitku a musíme ich prijať ako také, pretože sú osobným a hmatateľným dedičstvom každého dotyčného človeka. Sú plodmi tohto zážitku a ak chceme mať na nich účasť a nakoniec si ich, tak povediac, privlastniť, musíme začať toto ovocie ochutnávať, hoci spočiatku iba sprostredkované.

ŽIVOT PO STRETNUTÍ SO SMRŤOU: NIEKOĽKO AUTOPORTRÉTOV

Keď sme takto zavŕšili prehľad dôkazov o autenticite zážitku na prahu smrti, môžeme obrátiť pozornosť k hlavnej téme tejto knihy: Ako prakticky využiť informácie o týchto zážitkoch vo vlastnom živote. V prvej kapitole sme uviedli niekoľko príbehov a ich základné poučenie pre náš každodenný život. Teraz sa nezaobráame natoľko samotným zážitkom, ale viac tým, ako pokračuje život človeka po tom, keď sa v ňom začnú prejavovať jeho charakteristické účinky. Pomocou jednotlivých prípadov budete môcť sledovať ako sa typické následné účinky zaplietajú do tapisérie osobného života.

Po vydaní mojej knihy *Heading toward Omega* dostal som mnoho listov od čitateľov, z ktorých mnohí sami prežili stretnutie so smrťou. Zároveň mi písali aj o tom, že sa v podstate stotožnili s tým modelom zmien, ktoré som objavil a často sa vyjadrili v tom zmysle, že „to bolo, akoby ste v knihe opisovali môj život“. Niekedy bola táto zhoda taká blízka, že títo ľudia

cítili potrebu napísať namiesto listu akýsi dlhý autobiografický dokument a ja som tak mal možnosť spoznať celý životný kontext, do ktorého zasiahol ich zážitok. Vo väčšine prípadov pisatelia odpovedali na otázky v dotazníkoch z rôznych výskumov, ktoré som uviedol aj v knihe. Získal som tak množstvo nevyžiadaných, ale takmer kompletných prípadov, ktoré mi pomohli dokresliť obraz človeka po zážitku na prahu smrti, o ktorý som sa snažil v spomínanej knihe.

Chcem vám tu predstaviť niekoľko týchto ľudí a zároveň vás požiadať, aby ste pri čítaní ich príbehov nezabudli na to, že som vybral tie, ktoré zdôrazňujú zmeny vo viere, životných hodnotách a správani. Zatiaľ čo psycho-fyzické zmeny predstavujú dôležitú časť dôkazov autenticity zážitku na prahu smrti, nie sú rozhodujúce v diskusii o tom, čo môžeme sami z neho získať. Oveľa viac nám pomôže, keď uvidíme ako človek v dôsledku hlbokých hodnotových zmien vníma svet novými očami.

Môže vám tiež napadnúť, že som vybral ľudí, ktorí kladne reagovali na moju knihu. Neovplyvnil som ňou príliš ich postoj k vlastnému zážitku? Podľa môjho názoru, proti tomu svedčí fakt, že môj model zážitku potvrdili bádatelia najmenej v štyroch ďalších krajinách a spomeňte si tiež na Laurelynn Martinovu, ktorá o mojich knihách nevedela a jej takmer vzorový model zážitku. To, čo budete o chvíľu čítať, je spoločným príbehom mnohých tisícov životov, z ktorých len nepatrný zlomok počul o mojich knihách, či dokonca ich aj čítal. Myslím si preto, že môžeme úplne vylúčiť možnosť, žeby títo ľudia boli „nakazení“ mojou knihou *Heading toward Omega*. Namiesto toho sa zdá, že predstavujú veľmi dobrú vzorku typu človeka po zážitku na prahu smrti, ktorý som v nej predstavil.

Robert

V júni 1987 ma počas obeda v miestnej kaviarni blízko univerzity pozdravil štíhly, športovo oblečený muž s hladkou tvárou a odzbrojujúcim úsmevom. Volal sa Robert a mohol mať niečo vyše päťdesiatky. Býval na Havaji a prišiel navštíviť najstaršiu dcéru v New Yorku. Prišiel ku mne autom až do štátu Connecticute len preto, aby sa so mnou stretol. V podstate sme

sa spoznali pred rokom, keď mi začal písať listy o svojom zážitku a následnom živote, ale veľmi som sa potešil, keď som ho teraz mohol spoznať osobne. To, čo ďalej uvádzam je čiastočne založené na mojich spomienkach z tohto rozhovoru, ale hlavne na jednom z dokumentov, ktorý mi poslal pred rokom.

Pred zážitkom na prahu smrti 44-ročný Robert bol úspešným právnikom v Los Angeles. Bol rozvedeným otcom troch dcér a vcelku so svojím životom spokojný. Desiateho júna 1974 ho prepadol neskoro večer lupič, pričom ho zúrívo posekal pokrývačskou sekerkou po hlave i celom tele. Napriek ťažkým, viacnásobným zlomeninám lebky a veľkej strate krvi útočníkovi unikol a neskôr ho vzali do nemocnice, kde prežil svoj zážitok na prahu smrti. Po vyliečení však zistil, že sa stal iným človekom. Prestalo ho napríklad úplne zaujímať právo. Odišiel z Los Angeles a začal žiť s priateľom na farme v Idahu.

Nebavilo ma už súťaženie a cítil som rastúci záujem o problémy iných — ťažko sa to dalo pochopiť. Dupočul som sa o transcendentálnej meditácii a začal som to cvičiť. Zoznámil som sa s novými priateľmi a zanechal som spoločnosť podnikateľov a právnikov... Cítil som, ako pre mňa stráca význam niečo také ako kariéra alebo spoločenské postavenie a páčil sa mi život na farme pri rieke Snake v Idahu.

Podobne ako mnohí iní, ktorých som poznal alebo o nich počul, aj Robert sa čoskoro vydal na vlastnú duchovnú cestu a slovami poetky Mary Oliverovej začal kráčať „hlbšie a hlbšie do sveta". V roku 1977 bol v Indii, kde intenzívne rozvíjal svoj záujem o meditáciu a duchovnosť a nakoniec sa usadil v Hilu na Havaji, aby zakorenil svoj život v prirodzenom prostredí, ktoré vyhovovalo človeku, akým sa teraz stal.

Za posledných sedem rokov som sa venoval prírode, medziľudským vzťahom a osobnému rastu. V týchto oblastiach sa vela toho zmenilo. Prestal som posudzovať iných. Cítim, že každý v ktoromkoľvek momente svojho života vlastne robí to, čo najlepšie vie. Zistil som, že všetky tie veci, ktoré ste spomínali (v mojej knihe) o zvýšenom oceňovaní života, o vyššom hodnotení seba

samého, väčšom záujme o dobro iných, o hľadanie hlbšieho pochopenia života a väčšieho pochopenia seba samého sa v mojom prípade potvrdili.

Aby ukázal, že zmena v jeho hodnotách nie je iba slovná, spomenul niekoľko príkladov ako tieto zmeny ovplyvnili jeho štýl života:

V posledných piatich alebo šiestich rokoch som sa sústredil na organický spôsob pestovania. Niekedy mám chuť stať sa učiteľom, ale myslím si, že najlepšie môžem učiť svojím príkladom — nie niekde v triede, alebo aby som si šiel hľadať žiakov. Sám som študoval aj výživu človeka. Som prísny vegetarián a sám si robím sójové mlieko, tofu, omáčky a samozrejme varím všetko sám. Delím sa o to všetko so svojimi priateľmi, ale nie tak, žeby som ich to učil... Rozhodol som sa ísť do kurzu vo veľmi vážnom hospici tu v Hilo a v marci ho končím.

Cestovanie, zvlášť do krajín s tradičnými kultúrami, je ešte stále súčasťou jeho pokračujúceho hľadania duchovnej múdrosti.

Veľmi vysoko si cením všetky kultúry po celom svete. Precestoval som iba s batohom na chrbte Mexiko a Strednú Ameriku, vrátane Guatemaly, Hondurasu a Kostariky a naučil som sa od priateľov po španielsky. Osvojil som si dieťa v Guatemale, navštívil som ho v októbri 1986 a podporujem tam skupinu, ktorá sa snaží o prežitie tamjšej kultúry... Myslím, že sa stávam múdrejší a rád by som vymenil všetko moje formálne vzdelanie za viac múdrosti. Pozorujem ju u Indiánov, keď cestujem, u niektorých Havajčanov a pôvodných obyvateľov všade na svete.

Strávil som s Róbertom niekoľko hodín v dôvernom rozhovore, ako pri väčšine takýchto stretnutí, som sa od neho dozvedel o jeho osobných zápasoch v živote, ktorý od jeho zážitku nebol vôbec ľahký. Zapôsobil na mňa aj pokorou a srdečnosťou, ktorú som vnímal od prvej chvíle, keď si ku mne prisadol. Keď som o ňom počul poslednýkrát, opäť sa sťahoval, tentoraz späť na pevninu do Oregonu, kde sa pridá k svojmu ďalšiemu pria-

teľovi na ekologickej farme. Ako iní moji respondenti, aj Robert sa objavil v mojom živote a potom z neho zasa zmizol. Zanechal však vo mne hlbokú, trvalú stopu.

Mia

V júni 1991 som v poštovej schránke našiel neobyčajne hrubú obálku odoslanú z Fínska. Keď som ju otvoril, našiel som v nej 38 strán husto popísaného textu, ktorý začínal slovami:

Vážený pán Ring, práve som dočítala Vašu knihu Heading toward Omega, ktorá sa mi veľmi páčila. Myslím si, že knihy o zážitkoch na prahu smrti sú veľmi vzácne pre všetkých ľudí, ale najmä pre ľudí ako som ajja, ktorí sami podobný zážitok prežili. Nestretávate často ľudí s takými zážitkami a nie je veľa tých, ktorí vám uveria a pochopia, o čom hovoríte. Je preto povzbudzujúce, ak môžete čítať o iných, ktorí mali rovnaký druh zážitku a poznať, že nie ste jediným človekom na svete s takouto skúsenosťou.

Tak som sa zoznámil so ženou, ktorú budem volať Mia a jej životný príbeh sa predou mnou rozvinul na ďalších stranách jej listu. Krátke zhrnutie niekoľkými vetami by, samozrejme, v tomto prípade nestačilo a preto musím jej príbeh uviesť aspoň v istom, obmedzenom kontexte, aby ste mohli pochopiť, ako sa jej život po stretnutí so smrťou zmenil. V čase písania listu bola Mia vysokoškolsky vzdelaná, 33-ročná matka troch detí a práve sa rozvádzala s manželom. Bola nezamestnaná a chystala sa nastúpiť do kurzu zdravotných sestier. Bol to jej sen z detstva a ako sama naznačila, oživil sa po zážitku na prahu smrti. Jej život bol plný nezvyčajných zážitkov, mnohé z nich boli očividne nadprirodzené. Nepamätá si presný dátum, ale zážitok na prahu smrti mala niekedy v roku 1982, keď mala dvadsaťštyri rokov. Zo všetkých zážitkov, ako sama hovorí: „Myslím, že tento zážitok bol v mojom živote ten najdôležitejší“, a jej list to dostatočne potvrdzuje. Píše v ňom napríklad:

Najväčší dopad na môj život bol ten, že som sa už som sa viac nebála smrti ani umierania. Je to úžasne oslobodzujúci pocit, keď môže-

te zahodiť svoje obavy zo smrti. Bojím sa síce ešte tej pravdepodobnej bolesti spojenej s umieraním, ale nie samotného umierania. Viem už aké to je, viem, čo sa stane potom a viem, že je to tá najlepšia vec, ktorá sa vôbec môže človeku stať... Ďalším výsledkom je, že som začala brať vážne nadprirodzené javy. Mala som už predtým zážitky „deja vu“ a všelijaké sny, ale potom som sa s nimi začala stretávať častejšie.¹³

V liste mi Mia opísala mnoho ďalších následkov. Jeden z najsilnejších sa týkal jej náboženského a duchovného života. Pred zážitkom bola ateistkou a teraz hovorí: „Nemusím veriť, že existuje nejaký Boh v nebi. Ja viem, že majú pravdu. Bola som tam.“ Spomína pritom na mladosť strávenú v prostredí Evanjelickej cirkvi a jej úlohu v jej živote:

Nikdy som nechodila do kostola... Stále ešte neverím cirkvi i keď chápem a vážim si to, čo pre mnohých znamená. Necítim sa v kostole bližšie pri Bohu, ako hocikde inde. Viem, že môžem hovoriť s ním, kdekoľvek som. Nepotrebujem na to nejakú špeciálnu budovu.

Nesúhlasím veľmi s názormi mojej cirkvi na Boha. Viem, že Boh je milujúci a nie nejaký nahnevaný starec, ktorému len tak hocikto nevyhoví. Viem, že nakoniec každý príde do neba. Neexistuje žiadne peklo, alebo peklo je tu, kde práve žijeme... (To-to) peklo je niečo, čím musíme prejsť (tu) v našich životoch, (ale) v nebi neexistuje žiadne zlo.

Mia tiež jasne prejavuje kvalitu náboženskej univerzálnosti a neohraničeného rozmeru duchovnosti, ktoré sú také typické pre mnohých ľudí po takejto skúsenosti:

Verím, že všetky náboženstvá pochádzajú z toho istého zdroja. Nezáleží na tom ako ho pomenujeme, ale je to stále ten istý Boh. Sme to my, ľudia, kto prekrútil pôvodné poznanie pravdy. Ľudia opísali svoje zážitky alebo posolstvá na základe svojich vlastných životov a kultúr... a na konci môže byť vaše posolstvo úplne iné ako bolo na začiatku.

Podobne sa zmenil aj jej názor na život po smrti a obohatil sa o perspektívu reinkarnácie:

Ako ateista som pred svojimi zážitkami neverila v reinkarnáciu. Myslela som, že po smrti neexistuje nič. Je to koniec. Po zážitku na prahu smrti som pochopila, že tento život je iba jeden z mnohých, ktorými musíme prejsť. Musíme sa tu po čase znovu narodiť, až kým nie sme dost dobrí na to, aby sme mohli navždy odísť do iných dimenzií.

Ďalšia dôležitá oblasť, ktorú zasiahli zmeny, boli jej pocity vo vzťahu k iným. Hovorí:

Pociťujem silnú potrebu pomáhať druhým. Uvažovala som dokonca o tom, že pôjdem do nejakej chudobnej krajiny, niekde do Afriky a budem pomáhať ako len budem vládvať. Potom som si uvedomila, že s mojimi chronicky chorými deťmi a s mojimi alergiami by som tam veľkou pomocou nebola. A tak som začala hľadať spôsob, ako pomôcť ľuďom tam, kde som.

Tieto úvahy, ako som už spomenul, priviedli Miu až k tomu, že začala uvažovať o novom zamestnaní zdravotnej sestry vo Fínsku. Konštatuje tiež, že teraz menej odsudzuje správanie druhých:

Pred zážitkom som bola oveľa menej tolerantná a trpezlivá k iným, než som teraz. Myslela som si, že viem ako by ste mali alebo nemali svoj život žiť. Nazdávala som sa, že ak vás stretnú veľké problémy, vinu môžete zvaliť iba na seba. Sú to následky vašej vlastnej lenivosti alebo hlúposti.

Teraz sa nesnažím posudzovať ľudí podľa prvého dojmu. Snažím si predstaviť, že ich problémy možno pochádzajú z nejakých väčších nežšťastí... Som teraz oveľa tolerantnejšia. V nebi som cítila Božiu a Ježišovu lásku a súcť. Viem, že nás neodsudzujú a milujú každého z nás rovnako, i keď sme hocíjakí. Viem, že su šťastní, keď sa správate dobre k iným a prejavujete ich „deťom rovnakú lásku a súcť ako oni prejavujú vám.

Toto posledné poučenie o súcť sa neminulo účinku vo vzťahu k jej vlastným problémom, zvlášť čo sa týka hroziaceho rozvodu. Aj tu sa naučila odpúšťať sama sebe a praktizoval

umenie seba-súcitú. Keď uvažuje nad svojou situáciou, veľmi jednoznačne hovorí o tom, ako jej zážitok na prahu smrti pomohol pri riešení problémov, ktoré by sa predtým zdali neriešiteľné:

Cítim ľútosť zo svojho rozvodu, ale pomohlo mi, keď som vo vašej knihe čítala o mnohých podobných osudoch po zážitku na prahu smrti. Keď som sa vydávala, myslela som si, že musím s týmto mužom ostať do konca života. (Mali sme už vtedy syna a bola som presvedčená, že som tým svojmu dieťaťu zaviazaná.) Hovorila som si: „Co Boh spojil, to nech človek nerozdeľuje“, a mala som výčitky, keď som si na také niečo len pomyslela. Trvalo mi dlho, kým som pochopila, že dokonca aj rozvod môže byť Božou vôľou, ktorá pomáha človeku pri jeho vývoji tým, že i pri svojej najlepšej snahe pripustí svoje chyby a pochopí, že sa musí ešte veľa učiť (napríklad porozumeniu iným, ktorí prechádzajú tou istou skúsenosťou)... V každom prípade, teraz sa cítim voľná pre život (po rozvode) v súlade s mojimi zásadami. Myslím, že budem potom lepšia matka a lepší človek.

Na rozdiel od Roberta, ktorého listy viedli k nášmu stretnutiu, Mia vstúpila do môjho života náhle svojím dlhým listom, poďakovala mi a potom zmizla. Rád by som veril, že počas siedmich rokov, ktoré odvtedy uplynuli, sa naozaj stala zdravotnou sestrou, ale o tom sa možno ešte niekedy presvedčím. V každom prípade sa domnievam, že sa po rozvode určite stala lepším človekom. Tým človekom, ktorým sa dlho chcela stať. Pretože: „Podľa ovocia ich spoznáte..“

Fler

Keď som bol v roku 1993 na prednáškovom turné v Austrálii, čakala ma raz, úplne vyhladovaného, ďalšia večerná prednáška v Melbourne. Celé popoludnie som strávil v rozhovore so svojím hosťiteľom a keď sme si uvedomili, že je čas odísť na miesto prednášky, nebolo kedy už ani do niečoho zahryznúť. Dorazili sme tam asi dvadsať minút pred začiatkom a zatiaľ čo môj hosťiteľ riešil posledné organizačné detaily, pribehli ku mne

dve ženy a mimoriadne srdečne ma vítali. Jedna z nich držala v ruke moju knihu *Heading toward Omega* a o chvíľu bolo mi jasné, že ide o matku a dcéru, pričom obe mali zážitok na prahu smrti. Očividne patrili medzi mojich priaznivcov a s hrdosťou mi oznámili, že si ako prvé už pred mnohými týždňami kúpili vstupenku na moje vystúpenie. Po výmene úvodných informácií som sa celkom nečakane spýtal: „Dalo by sa tu niekde nablízku niečo zjesť?“

Pozreli na seba zmätenými pohľadmi a staršia z nich sa ozvala: „Myslím, že tu vedľa je kaviareň alebo také čosi.“

„Poďme,“ navrhol som.

Bez váhania (akoby všetko bolo úplne jasné) ma viedli cez mrholenie a snažili sa chrániť jedným dáždnikom vyhladovaného rečníka. Šli sme labyrintom chodníkov k veľkej budove. Keď sa im nakoniec podarilo otvoriť jedny dvere, zistili sme, že je to univerzitná jedáleň, ktorú práve zatvorili. Keď však moje dve nové priateľky celú situáciu vysvetlili, okamžite nám naservírovali rybu a zemiakové hranolčky. Usadili sme sa rýchle k najbližšiemu stolu a pustili sme sa do toho - teda, aspoň pokiaľ išlo o mňa. Moje priateľky - Fler (matka) a Andrea (dcéra) nemali záujem o jedlo. Chceli sa rozprávať so mnou. Kým som hltal večeru, rozprávali, navzájom sa prerušovali, ale vesele a s humorom hovorili o sebe, o zážitkoch a práci. Málokedy som sa mal väčšie potešenie z takého rýchleho rozhovoru alebo počul niečo, čo by sa vyrovnalo ich bleskovému prejavu. V okamihu bolo po všetkom a už sme museli bežať do sály, aby sme stihli úvodný prejav.

Takto som sa zoznámil s Fler a Andreou Beaumontovými, ktoré odvtedy rozšírili rady mojich dopisovateľov. Až z ich korešpondencie som sa dozvedel podrobnosti o ich zážitkoch i o tom, že Fler ich zažila trikrát. Napísala mi o tom zoširoka a keďže súhlasila s tým, že ju môžem citovať, dostanem sa k tomu, len čo vám ju bližšie predstavím.

Teraz má šesťdesiatpäť rokov a skončila iba základnú školu (odišla z nej trinásťročná). Dlho však pôsobila v rôznych duchovných skupinách v Austrálii, pracovala ako novinárka a teraz píše knihu o živote po smrti. Trpí na nevyliciteľnú formu leukémie a od doby nášho stretnutia bola viackrát hospitalizovaná-

K jej trom zážitkom na prahu smrti došlo v rokoch 1959 (keď mala tridsať rokov), 1961 a naposledy v roku 1988. Vždy išlo o príhody spojené s hospitalizáciou v dôsledku choroby. Vo svojich listoch podľa môjho želania zhrnula zvláštne následky každého zážitku, ktoré tu v jej podaní zopakujem:

Pred prvým, pomerne krátkym zážitkom v roku 1959 som bola veľmi vzťahovačná, na seba sústredená ateistka, takmer vôbec som si nevšímalá ľudí a svet okolo mňa. Po zážitku... som si viac uvedomovala potreby ľudí, viac som sa o nich starala a milovala ich. Vzbudil sa vo mne veľký záujem o fyzický vesmír a hoci som skončila školu ako trinásťročná, začala som študovať astronómiu, vedu a archeológiu. Bolo to, akoby sa mi zrazu prvýkrát otvorili oči pre svet a jeho ľudí.

Jej druhý zážitok o dva roky neskôr bol oveľa hlbší a priniesol aj dramatickejšie následky. Môžeme začať tým, že

ateizmus zmizol. Vedela som, že po smrti pokračuje život a že existuje duchovný rozmer, cez ktorý všetci prechádzame. Veľmi vzrástla láska a súcit. Prejavili sa mimozmyslové schopnosti, ako zážitky mimo tela, predvídanie, jasnovidectvo a iné.

Po tomto jej druhom zážitku sa začala zaujímať o duchovné a nadprirodzené predmety a zapojila sa do činnosti takých organizácií akou je napr. Teozofická spoločnosť.

Jej tretí zážitok na prahu smrti v roku 1988 ešte viac posilnil pocity láskyplného súcitu k iným a v podstate k všetkým prejavom života. Sama Fler hovorí:

Som tolerantnejšia a chápavejšia, viac duchovná ako nábožná, rozprávam sa s opustenými a pomáham im, ako aj chudobným a starým ľuďom, utešujem a radím smútiacim a stresovaným, kŕmim zvieratá a vtáky a pomáham im a milujem a chránim životné prostredie.

Cítim s každým a so všetkým a uvedomujem si prepojenosť a jednotu všetkého. Hoci mám rakovinu, nemám nijaký strach zo smrti.

Fler zhrnula následné účinky svojich zážitkov na prahu smrti stručne, ale ako ste si určite všimli, spomenula väčšinu prvkov, ktoré tvoria základný model v úvode tejto kapitoly. Hoci je Fler určitým spôsobom neobyčajná osoba, následky jej zážitkov sú celkom typické. Môžem dosvedčiť, že jej listy zodpovedali tomu, akou naozaj bola: prejavila sa ako mimoriadne láskavá a ohľaduplná osoba. Pomohla mi v mnohom i z hľadiska môjho profesionálneho záujmu a to napriek tomu, že mala veľmi rušný život, sťažený navyiac tým, že pre chorobu musela byť často hospitalizovaná.

Od stretnutia s Fler a Andreou som stále dúfal, že sa do Austrálie vrátim a opäť sa s nimi stretnem. Splnilo sa mi to v roku 1995, z veľkej časti aj ich zásluhou. Tieto dve milé dámy vynaložili mimoriadne úsilie a pomohli pri organizovaní môjho ďalšieho prednáškového turné. Tento raz to však zariadili tak, aby mi ostalo niekoľko voľných dní, ktoré som s nimi strávil v Melbourne. Pri prvej návšteve mi sľúbili, že ak sa ešte raz vrátim, s radosťou mi predvedú svetoznámu austrálsku značku pohostinnosti. Nesklamali ma. Strávili sme spolu krásne dni a do dnešného dňa sme zostali ozajstnými, úprimnými priateľmi.

Marty

Marty Chandler má teraz vyše päťdesiat rokov a zážitok na prahu smrti mal v roku 1964 v druhom ročníku na vysokej škole, kde študoval elektrotechniku. O týchto zážitkoch sa vtedy nič nevedelo a trvalo ešte ďalších desať rokov, kým sa tento termín zaviedol do praxe. V roku 1966 povedal o zážitku jeho nastávajúcej, ale keďže sa nestretol s kladnou reakciou od nej ani od jej matky, rozhodol sa, že si to nechá pre seba.

Nič sa na tom nezmenilo ani potom, keď v roku 1977 objavili spolu s manželkou knihu Raymonda Moodyho. Dramatickému obrat vo vzťahu Martyho k zážitku nastal až po približne ďalších desiatich rokoch. Začiatkom roku 1988 si jeho manželka v miestnych novinách všimla oznam o vystúpení Moodyho na konferencii neďaleko ich bydliska a obaja sa rozhodli, že tam zájdu. Martymu sa tak naskytla možnosť podeliť sa o zážitok so samotným Moodym a zoznámil sa s niekoľkými ľuďmi s po-

dobnou skúsenosťou. Toto potvrdenie reálnosti jeho vlastného zážitku malo na neho, ako povedal, „hlboký účinok“. Netrvalo dlho a sám vystupoval na stretnutiach Medzinárodnej asociácie pre výskum zážitkov na prahu smrti ako aj na jej výročnej konferencii v tom istom roku. Onedlho sa mu dostala do rúk moja kniha *Heading toward Omega*, o ktorej mi povedal, že mu pomohla nielen usporiadať myšlienky o jeho zážitku, ale zvlášť o jeho následných účinkoch. Ako poriadkumilovný a systematicky pracujúci muž mi potom podľa vzoru mojej knihy napísal 23 stranovú správu opisujúcu všetky životné zmeny, ktoré podľa neho spôsobil jeho zážitok. Odpovedal v nej tiež na všetky otázky uvedené v prílohe tejto knihy.

Aby vysvetlil dôvod, ktorý ho viedol k takej časovo náročnej práci (pod titulom *Zmysel života*), Marty spomína, že bol k tomu skoro donútený tým, čo zažil, keď bol vo Svetle:

Počas zážitku som dospel pred Svetlom k celkom jasnému rozhodnutiu, že keď sa vrátim, musím splniť dôležité poslanie. To to bol ten ozajstný dôvod, prečo som sa rozhodol neísť ďalej. Veľmi rád pomáham ľuďom. Cítim, že musím robiť to len môžem, kým som tu; je to záväzok medzi mnou a Svetlom (Bohom). Veľmi jasne cítim, že písanie o mojom zážitku je časťou mojej úlohy v živote.

Ako ho zmenil zážitok? Spočítajme jeho zmeny a použime pritom jeho vlastné kategórie a názvy.

Postoj k sebe samému Cítil som sa sám lepšie ako osoba a dokázal som sa zapájať do spoločenského života. Moja sebadôvera sa celkove posilnila.

Pocity/Vzťahy k iným Želanie pomáhať iným, cítenie s inými, schopnosť vcítiť sa a chápať iných, trpezlivosť/tolerancia k iným, schopnosť prejavovať lásku iným, prijímanie iných takých akí sú — všetko rozhodne na vyššej úrovni, hoci som začal tieto hodnoty rozvíjať už ako dieťa/dospievajúci.

Duchovnosť/náboženstvo Bol som vychovaný ako katolík. Počas štúdia som začal mať pochybnosti o niektorých aspektoch náboženstva. Tento zážitok mi pomohol prejsť od organizovaného orto-

doxného náboženstva k liberálnemu náboženstvu. V roku 1970 som spolu s manželkou vstúpil do Unitariánskej cirkvi.

Zážitok vo mne posilnil pocity o existencii Boha, ale jeho ponímanie bolo mimo tradičného židovsko-kresťanského ponímania. Vnímam Boha ako tvorca vesmíru a všetkých fyzikálnych zákonov. Boh presahuje tento vesmír a spočíva mimo času a priestoru. Zatiaľ čo je nekonečný, má aj veľmi osobnú podstatu a záleží mu na nás. Vnímam ho ako Boha lásky, súcitu a odpúšťania. Nechápem predstavu trestajúceho Boha, ktorý odsudzuje duše do večného ohňa.

Hľadanie duchovných hodnôt/vyššieho vedomia atď. Ešte viac som hľadal, zvlášť v tom zmysle, že som sa chcel pomocou meditácie opäť stretnúť s týmto Svetlom. Zatiaľ sa mi nepodarilo zážitok zopakovať. Hľadám duchovné hodnoty skôr vlastnou snahou a menej na základe nejakého konkrétneho náboženstva. Zhruba v poslednom roku sa moje hľadanie duchovných hodnôt niekoľkokrát znásobilo. Súvisí to s mojimi aktivitami v skupine, ktorá študuje zážitky na prahu smrti.

Strach zo smrti Strach zo smrti sa zmenšil, ale trvá strach z umierania.

Psychické schopnosti Pred zážitkom som nemal žiadne takéto schopnosti. Po ňom som začal predvídať budúce udalosti. Dochádzalo k tomu formou veľmi živých snov.

(Podobne ako Mia, aj Marty ďalej uvádza množstvo príkladov predpovedania budúcnosti a aj niektoré jeho sú celkom pôsobivé).

Môžete teraz vidieť, že aj Marty sa svojím príbehom dokonale zhoduje s naším modelom následkov zážitku na prahu smrti. Podobne ako mnohí iní, aj on cíti, že existuje akési podstatné posolstvo (je to jeho výraz), ktoré majú ľudia po tomto zážitku odovzdať po návrate ostatným ľuďom. Marty to vyjadruje takto:

Láska k druhým a starostlivosť o nich sú tie najdôležitejšie veci, ktoré môžeme my, ako ľudské bytosti tu, na zemi, konať. Najvyšší a milujúci Boh naozaj existuje a my musíme hľadať pravdu a správať sa k sebe navzájom čestne.

Sú to všetko bežné, takmer banálne frázy, pod ktoré sa väčšina z nás bez váhania podpíše aj bez napomenutia zo strany tých, ktorí prežili vlastnú smrť. Ako sme však videli už v prvej kapitole, a rovnako i v tejto, *títo* ľudia nám nechcú kázať, ale *učia nás svojím príkladom*. Sú pôsobiví ako skupina ľudí práve preto, že aplikujú svoje nové poznanie vo všetkom, čo robia a snažia sa vzdávať mu úctu v činnostiach každodenného života. To, čo sa máme od nich naučiť, nie je ani tak ako by sme mali žiť (pretože hlboko vo svojom srdci to už vieme), ale ako, ak sa rozhodneme, môžeme z nášho života spraviť príklad, ktorý by čo najvernejšie odrážal poslanstvo Svetla. K tejto veľkej výzve musíme teraz obrátiť našu pozornosť.

SPOJENIE SO ZÁŽITKOM NA PRAHU SMRTI

Ľudia, ktorých zaujímajú zážitky na prahu smrti, niekedy závidia tým, ktorí ich mali (zatiaľ čo práve títo zvyčajne poukazujú na to, že za toto privilégium museli zaplatiť vysokú cenu, a tým nemusia mať na mysli iba telesnú traumu spojenú s ich zážitkom). „Keby som tak mohol také niečo zažiť“ - často cítiť a niekedy aj počuť takto explicitne vyjadrenú túžbu od ľudí, ktorí čítajú alebo počujú tieto rozprávania. Takáto reakcia sa dá pochopiť, ale znamená, že jej pôvodca vôbec nepochopil odkaz, ktorý sa mu s takou námahou snaží odovzdať človek obohatený týmto zážitkom.

Pamätám si veľmi živý príklad tejto zbytočnej závisti, ktorý sa stal pred mnohými rokmi na jednej z mojich hodín v škole. Bolo to asi v roku 1978, práve keď som začal výskum. Požiadala som jeden nový objav - ženu Virginiu - aby prišla do triedy a podelila sa o svoj príbeh so študentmi. Virginia (medzitým už zomrela) bola malá, bacuľatá žena v strednom veku. Pochádzala z Talianska a ako som sa neskôr dozvedel, vždy sa označovala ako „jednoducho žena v domácnosti“. Keď však hovorila o svojom príbehu - a v tých dňoch to bolo ešte exotickéjšie ako teraz - stal sa z nej úžasný rečník a nepopierateľné magnetická osobnosť. Keď začala opisovať zmeny, ktoré jej zážitok v živote

spôsobil — všetky tie, ktoré už dobre poznáme - mnohí študenti boli takmer vo vytržení.

Keď nastal čas na otázky, jeden zo študentov zrazu zvolal: „Strašne rád by som niečo také zažil! Ale môžem?" Takmer bez rozmýšľania mu Virginia zvýšeným hlasom odpovedala: „Miluj ostatných."

Aká skvelá odpoveď! Virginia nám tým vlastne povedala, že jej zážitok bol pre nás zbytočný, ak sme nepochopili jeho odkaz: nemusíte mať zážitok na prahu smrti, aby ste mohli žiť podľa jeho posolstva, alebo aby ste začali hľadať pravdu. Jeho plody sú v jeho účinkoch a jeho účinky sú nákazlivé pre každé otvorené srdce. Počúvajte, prijímajte a konajte a všetko dôležité, čo dostali umierajúci, sa stane aj vašim.

Samozrejme, ľahšie je počúvať, ale oveľa ťažšie absorbovať a pamätať si. Táto kniha sa venuje práve týmto ťažkým úlohám. Ak ste počúvali s otvoreným srdcom, začali ste aj absorbovať (ak neveríte vlastnej skúsenosti, poskytnem vám dôkaz neskôr). Čím viac budete uvažovať nad príbehmi v tejto knihe, tým viac sa stanú *vašimi príbehmi*. Ak je treba, čítajte ich viackrát, aby ste ich prijali bezo zvyšku. A môžete si byť istí: Plody zážitku na prahu smrti, ktoré ste začali ochutnávať v tejto kapitole, vám znovu ponúknem v takej forme, aby ste ich ešte ľahšie mohli asimilovať vo vašom osobnom živote. Je pre vás dôležité, aby ste si uvedomili, ak sa tak už nestalo, že proces absorpcie už začal a bude ešte intenzívnejší pri ďalšom čítaní tejto knihy.

V predošlých kapitolách som sa snažil najmä o to, aby som vám ukázal, že zážitok na prahu smrti je autentický fenomén, ktorý prispieva k nášmu duchovnému rastu. Oboznámili ste sa s rôznymi príbehmi a ich následnými účinkami a získali ste tak celkový obraz o tomto jave a jeho následkoch. Mojm zámerom bolo, aby ste si vytvorili akýsi model typického človeka s touto skúsenosťou a uvedomili si hlavný odkaz, ktorý pre nás z tohto zážitku vyplýva. Všetko to vám pomôže vytvoriť si východisko pre osobné a jedinečné spojenie so zážitkom na prahu smrti.

Aby sme však toto spojenie rozvinuli a prehĺbili, musíme prejsť od pasívneho prijímania týchto informácií k ich *aktívne-*

mu používaniu. Je to ako keď sa učíme cudzí jazyk: Ak ho nepoužívame, zabúdame ho. Ďalšou kapitolou preto začíname nový kurz v znamení hesla: praxou k majstrovstvu.

Poznámky

- 1 Bibliografické odkazy k najdôležitejším výskumom dôsledkov zážitku na prahu smrti nájdete v poznámke č. 2 v prvej kapitole.
- 2 Niektoré zistenia v tomto smere som publikoval v mojej poslednej knihe *The Omega Project (Projekt omega)* (New York: William Morrow, 1992). V literatúre o týchto zážitkoch ich nájdete veľmi veľa. Zaujímavé výpovede o tomto jave sú uvedené napríklad v knihe Melvina Morseho: „*Transformed by the light*“ (*Premenení svetlom*) (New York: Villard, 1992) a v knihe P. M. H. Atwaterovej: „*Beyond the light*“ (*Za svetlom*) (New York: Birch Lane, 1994). Dobrý autobiografický príklad uvádza kniha, ktorú napísal Dannion Brinkley „*Saved by the light*“ (*Zachránení svetlom*) (New York: HarperCollins, 1994).
- 3 Reprezentatívne štúdie môžete nájsť napríklad v mojej knihe *The Omega Project*, v Morseho *Transformed by the light*, Atwaterovej *Beyond the light*, a Cherie Sutherlandovej *Transformed by the light* (Sydney, Australia, 1992).
- 4 Pozri *The Omega Project*, str. 278.
- 5 Pozri Cherie Sutherlandovej knihu *Transformed by the light*, str. 128-129.
- 6 Porovnať môžete napríklad práce vyššie menovaného Morseho a Atwaterovej, ako aj celé vydanie časopisu *Journal of Near-Death Studies*, 12 (1), 1994, ktoré je venované rôznym neurologickým teóriám a špekuláciám o zážitkoch na prahu smrti, zvlášť v súvislosti s kundaliny. Rovnako je v tejto súvislosti významný aj článok Bruce Greysona „Near-death experiences and the physio-kundalini syndrome“ (Zážitky na prahu smrti a syndróm fýzio-kundaliny) *journal of Religion and Health*, 32(4), 1993, str. 277-290.
- 7 Tento efekt som po prvýkrát spomenul v knihe *The Omega Project*. Krátko potom opísal v podstate rovnaké zistenia v knihe *Transformed by the light* Melvin Morse. Najnovší výskum vykonala P. M. H. Atwaterová a potvrdila moje i Morseho výsledky.
- 8 Pozri napr. nasledujúce pramene: Michael Shallis, *The electric connection* (New York: New Amsterdam, 1988); Hilary Evans, *The SLI effect* (London: Association for the Scientific Study of Anomalous Phenomena, 1993); Albert Budden, *Allergies and aliens* (London: Discovery Times Press, 1994).

- 9 Najvýznamnejšie štúdie v tejto súvislosti sú štúdie moje a pani Atwaterovej, uvedené vyššie.
- 10 Ring, *The Omega Project*, str. 277.
- 11 Tieto štúdie sú uvedené v knihe *The Omega Project*, v knihe Greysona (pozri pozn. 6) a v článku Yvonne Kasonovej „Near-death experiences and kundalini awakening: Exploring the link (Zážitky na prahu smrti a prebudenie kundaliny: Skúmanie súvislosti), *Journal of Near-Death Studies*, 12(3), 1994, str. 143-157.
- 12 Medzi neurológmi sa už vytvára názor, že tieto subjektívne tvrdenia môžu byť oprávnené, alebo prinajmenšom majú určitú teoretickú podporu. Pozri napr. článok Michaela Persingera „Near-death experience: Detetmining the neuroanatomical pathways by experiential patterns and simulation in experimental setting" (Určenie neuroanatomických dráh v dôsledku zážitkov a ich experimentálne simulovanie) in Luc Besette (Ed.), *Healing: Beyond suffering or death* (Chanabel, Beauport, Quebec, Canada: MNH Publications, 1993), str. 277-286. Významný je tiež článok Jean-Pierre Jourdana: „Near-death and transcendental experiences: Neurophysiological correlates of mystical traditions" (Zážitky na prahu smrti a iné transcendentálne skúsenosti: neurofyzilogické koreláty mystických tradícií) *Journal of Near-Deatd Studies*, 12(3), 1994, str. 177-200.
- 13 Na konci dokumentu mi Mia naozaj uviedla asi dvadsať takýchto špecifických príkladov, ale s našou témou bezprostredne nesúvisia.

Ked' prežijeme všetko znovu: Zážitok životného prehľadu

Mnohí ľudia, dokonca i takí, ktorí nepoznajú zážitok na prahu smrti, počuli o životnom prehľade. „Ach, áno," hovoria, „to je vtedy, keď pred vašimi očami prebehne váš život, však?" A potom možno ešte dodajú, že sa to stáva občas, keď sa niekto topí.

Že je to pravda, zistil som hneď na začiatku výskumu v roku 1977. Jeden mladý muž, ktorý sa skoro utopil pri člnkovaní, mi napríklad povedal:

Bolo to čosi neskutočné. V zadnej časti hlavy som videl súbor, jednoducho nespočítateľný súbor myšlienok, spomienok, vecí, o ktorých som sníval, myšlienky a spomienky z minulosti prebehli predou mnou za menej ako pol minúty. Všetky veci o matke, starej matke a mojich bratoch a tie sny, ktoré som mal. Zdalo sa mi, akoby záber, milióny záberov jednoducho preblesli okolo. Boli to myšlienky a obrazy ľudí. Množstvo myšlienok prebehlo (luskne prstami) v zlomku sekundy. Mal som oči pod vodou zatvorené, ale videl som tie obrazy... Jednoducho (pauza) hlúposti — tie zabudnuté sprostosti. Jednoducho (luskne prstami) stále sa valili. Akoby som prechádzal svojou pamäťou, akoby sa moja celá pamäť pretáčala dozadu. Bol som zapnutý na spätný chod. A všetko bežalo dozadu a mohol som sa k tomu vracať ako na magnetofóne.¹

Možno si spomeniete na podobný prehľad o živote v súvislosti s nehodou Craiga z prvej kapitoly. Nieto divu, že aj iní bádatelia často počuli podobné rozprávania od osôb, ktoré sa takmer utopili. Russel Noyes a Roy Kletti, dvaja bádatelia, ktorí sa

špecializujú na zážitky na prahu smrti spôsobené nehodami, dospeli k záveru, že u topiacich sa ľudí je súčasťou ich zážitku často aj prehľad vlastného života.²

Spoločný stereotyp týkajúci sa vnútorných zážitkov topiacich sa obetí sa tak zrodil na základe moderného systematického výskumu v tejto oblasti. Ukázalo sa však, že aj iné obeť, ktoré takmer zahynuli pri iných nehodách, hovoria presne o tom istom jave. Môžeme to porovnať s jedným mojím prípadom z knihy *Life at Death*. Išlo v ňom o muža, ktorý zázračne prežil pád z lietadla z výšky vyše jedného kilometra, keď sa mu neotvoril padák. Povedal mi:

Je to ako obraz, ktorý beží pred vašimi očami, beží od času, na ktorý si spomínate až do času keď, sa to stalo (terajší moment)... Je to ako keby obrazy z vášho života jednoducho plynuli pred vašimi očami, veci, ktoré ste robili, keď ste boli malí, a všetky tie hlúposti. Vidíte tváre rodičov — bolo tam všetko. Aj veci, na ktoré som už zabudol. Veci, na ktoré si nespomínam teraz, ale pamätal som si ich ešte pred možno dvomi rokmi. Všetko to sa mi vrátilo, v mojej mysli ožilo všetko to, čo som robil, keď som bol malý. Je to ako keď sa pýtate priateľov: „Pamätáš si to, pamätáš si tamto?“ A počujeme odpoveď: „Oj, to bolo už dávno, to si nepamätám.“ Všetko v mojej mysli bolo ako nové... Bolo to ako obraz, ako filmová kamera mihajúca sa pred vašimi očami. Trvalo to sekundu, možno dve. Jednoducho bum, bác (luskne prstami). Bolo to jasné ako slnko, ako slnko. Bolo to veľmi rýchle a vidíte všetko?

Množstvo, rýchlosť a jasnosť týchto obrazov nás určite udivuje, ale to, že sú dnes tieto príbehy všeobecne známe, dosť nešťastne oslabuje ich dopad na moderného čitateľa. Aby sme mohli oceniť význam týchto zážitkov, musíme si myseľ vyčistiť od navyknutých vnemov a oslobodiť sa od stereotypného myslenia o životnom prehľade. Môžem vás uistiť, že chápať tieto epizódy ako „premietanie vášho života pred vašimi očami“ je to isté, akoby ste povedali, že zážitok na prahu smrti nie je nič iné ako „vidieť svetlo na konci tunela“. Takéto banálne frázy slúžia iba na to, aby zážitok na prahu smrti zovšednel a používajú sa v bulvárnych plátkoch na prilákanie pozornosti. Žiaden iný

prvok zážitku na prahu smrti, ako práve životný prehľad, neposlúži lepšie pri jeho nič nehovoriacom, banálnom opise. Preto musíme vynaložiť určitú námahu a pozrieť sa do jeho hĺbky jasnými očami. To, čo sme dosiaľ videli, bol iba povrchný náčrt zážitku, ktorého hĺbku a silu zmeniť život v jeho samotnej podstate si nevieme v tejto chvíli ani predstaviť.

Podľa môjho názoru, *žiaden iný prvok zážitku na prahu smrti nie je dôležitejším sprievodcom každodenného života pre tých, ktorí ho sami nezažili, ako práve životný prehľad*. Pozorné preskúmanie a absorbovanie materiálu z tejto a nasledujúcej kapitoly by mohlo v základe zmeniť váš vlastný život. Venujme preto ešte trochu času životnému prehľadu a keď nahliadneme do jeho hlbokaj štruktúry, sledujme, čo nás má naučiť.

Aby sme sa zorientovali v kritických dimenziách životného prehľadu, najlepšie bude začať malým prehľadom jeho základných črt. Tieto vám tiež pomôžu pochopiť, prečo práve tento aspekt zážitku na prahu smrti má takú transformatívnu moc na tých, ktorí ho zažili. To, čo sa oni naučili zo svojho zážitku, môžete sa zasa naučiť od nich vy.

ZÁŽITOK ŽIVOTNÉHO PREHĽADU

Často sa na svoj život nielen pozeráte,
ale naozaj ho aj znovu prežívate

Je pravdou, že z istého hľadiska človek počas životného prehľadu pozerá na scény zo svojho života ako divák, ale mnohí hovoria, že zároveň sa v týchto scénach ocitnú a prechádzajú cez ne, akoby *ich ešte raz prežívali*.

Zamyslite sa na chvíľu nad dôsledkami tohto konštatovania. Počas prehľadu o vašom živote nie ste iba pasívnym pozorovateľom, ktorý pozoruje seba samého. Nachádzate sa v tých istých situáciách a prežívate všetko znovu, akoby sa to všetko dialo ešte raz. Skrátka a jednoducho — prežívate svoj život znova - vaše spomienky sa nejakým spôsobom sami pretransformovali na živé výtvary z epizód vášho života.

Aby som ilustroval túto stránku životného prehľadu, dovoľ-

te mi, aby som sa vrátil k jednému prípadu z druhej kapitoly. Mám na mysli môjho bývalého študenta Neeva, ktorý utrpel ťažký úraz pri bejzbale. Na konci letného semestra v roku 1994, keď Neev ukončil môj kurz, pozval som ho do svojej pracovne a požiadal ho, aby mi povedal viac o svojom životnom prehľade. Keď mi začal opisovať príhody zo života, opýtal som ho, či chcel som sa ho opýtať, či to videl vo forme obrazov. Prerušil ma a povedal: „Bolo to, akoby som tam bol znova. Myslím, že to bolo akoby som to ešte raz prežíval... Nebolo to všetko zrakové. Bolo to, akoby som tam bol ja a znovu to prežíval. Bolo to ako vtedy po prvýkrát.“

Keď mi uviedol niekoľko špecifických príkladov (spomeniem jeden z ich v nasledujúcej kapitole), požiadal som ho, či by to nemohol k niečomu prirovnať, čo by vystihlo jeho vtedajšie pocity. Chvilu uvažoval a potom povedal: „Raz som to opísal ako premietacu sálu, v ktorej pozeráte film o svojom živote bežiaci dopredu veľkou rýchlosťou.“ Potom však začal vysvetľovať, že toto prirovnanie je klamné, pretože môže vyvolať zdanie, že bol viac od všetkého oddelený než sa sám naozaj cítil. Potom pokračoval:

Pozerám sa na to teraz a vidím životný prehľad ako — život! Nebol som tam, ale cítil som to, akoby som bol prežíval celý svoj život. Mal som pocit, že znovu cez to všetko prechádzam a robím všetko rovnako, ale chápem to inak... Viete, bolo to jednoducho ako by som to prežíval.

Z jeho komentára je jasné, že životný prehľad je zážitok, ktorý často neuveriteľne pôsobivým zapojením vrhá späť jednotlivca do udalostí, ktoré nepopierateľné patria do jeho života. Niet preto divu, že práve táto časť zážitku na prahu smrti dokáže spôsobiť, že ľudia potom pozerajú na svoj život s novým pohľadom - a vo svetle tohto pochopenia sa sami zmenia, podobne ako sa zmenil Neev.

Prežívate všetko ešte raz

Možno ste si všimli, že Neev hovoril o pocite, že prežíval znovu *celý svoj život*. Takéto výroky sú v skutočnosti celkom typic

ké pre ľudí s touto skúsenosťou. Uvádzam tu niekoľko krátkych, ale reprezentatívnych výpovedí, ktoré som úmyselne zozbieral alebo náhodou na ne narazil:

V mojom životnom prehľade bolo absolútne, určite, všetko čo sa odohralo počas 33 rokov môjho života... od prvého nadýchnutia v živote až po tú nehodu.

Postupne mi to ukazovalo každú jednu udalosť v mojom 21 ročnom živote, bol to okamžitý trojrozmerný panoramatický prehľad... V tom svetle som videl každú sekundu všetkých tých rokov, v jasných detailoch a zdalo sa, že to všetko trvalo iba krátky okamžik.

Bol tam celý môj život, každý jeho okamih... Každý a všetko, koho a čo som kedy videl a všetko čo sa mi stalo, všetko bolo tam.

Potom som tam videl celý svoj život, od začiatku do konca, dokonca i všetky tie drobnosti, ktoré po čase zabudnete.

Spomenula som si zrazu na všetko, čo sa mi v živote prihodilo — dokonca i na maličkosti, na ktoré som dávno zabudla.

Môj život prešiel pred mojimi očami... dokonca aj veci, na ktoré som úplne zabudla. Každý jeden pocit, všetky tie šťastné i smutné obdobia, hnev, láska, zmierenie — všetko tam bolo. Nič nechýbalo.

Ked' títo ľudia tvrdia, že prežili znovu všetko, myslia tým naozaj všetko. Jedna osoba, ktorá bola v tomto zmysle veľmi dôrazná, je bádateľka a spisovateľka P. M. H. Atwaterová, ktorá vo svojej prvej knihe o týchto zážitkoch s názvom *Coming Back to Life* napísala: „Pre mňa to bolo úplné opätovné prežitie každej myšlienky, ktorá mi napadla, každého slova, ktoré som niekedy vyslovila a každého skutku, ktorý som niekedy vykonala... Nijaký detail nechýbal. Bolo tam každé moje preerieknutie či nejasné zamumlanie.“⁴ Atwaterová tvrdí, že v jej zážitku bolo toho ešte oveľa viac, ako sa čoskoro sami presvedčíme, jej slová

sú však zatiaľ akýmsi vyvrcholením toho, čo im predchádzalo, a dávajú nám dostatok podnetov na zamyslenie.

Všetky doterajšie pozorovania nás presviedčajú o tom, že životný prehľad v mnohých prípadoch znamená prežitie celého života, dokonca tých udalostí, ktoré sa odohrali v najranejšom detstve a mnohých ďalších, na ktoré sa už dávno zabudlo.

Skôr ako prejdeme k ďalšej časti, bolo by možno pre vás užitočné, keby ste sa pokúsili predstaviť si v takom zážitku úplného rozpamätania seba samého. Samozrejme, že je to ťažká úloha a neuspel by v nej ani Nabokov — ale už samotný pokus pri tejto nereálnej úlohe vám ukáže, aké sa v nás skrývajú neuveriteľné možnosti sebaopoznania, pričom by stačil iba vhodný kľúčik, ktorý by im otvoril cestu do nášho vnútorného videnia.

Vidíte všetko naraz a v chronologickom poradí

Títo ľudia zdôrazňujú, že ich zážitok neprebíhal v čase, ale v stave virtuálnej simultánnosti — všetko sa dialo naraz. Keď sa vrátia späť do svojho bežného vedomia a na zážitok spomínajú, musia tak robiť v umelých, ale nevyhnutných obmedzeniach nášho času. Ich rozprávanie má preto tendenciu hovoriť o týchto udalostiach v časovej postupnosti, nesmieme si však pomýliť rozprávanie o zážitku so zážitkom samotným. Väčšina príbehov prebieha v čase - vystupuje v nich minulosť, prítomnosť, budúcnosť — ale zážitok na prahu smrti je čosi ako kontakt s holografickou doménou, v ktorej sú všetky informácie uložené vo všadeprítomnej jednote.

To, čo platí pre zážitok na prahu smrti všeobecne, platí aj na životný prehľad. Veľmi pekne to vyjadruje ďalšia osoba, ktorú sme už stretli. Je to Nel, ktorá mala prvý zážitok vo veku 13 mesiacov a druhý keď mala 38 rokov. Sama o tom hovorí:

Pokiaľ ide o čas, všetko sa udialo okamžite. Všetko to sa stalo naraz, ale sme obmedzení jazykom... Je to ako explózia, je v nej všetko. Keď som videla svoj život pred očami, nebolo to od prvých spomienok v trinástich mesiacoch. Predo mnou bola obrovská televízna obrazovka... Na ľavej strane boli moje spomienky z trinás-

tie h mesiacov a vpravo bol júl 1972, môj vek 38 rokov. Medzitým bolo všetko a videla som celý život v jednom okamihu.

Tento postreh je veľmi užitočný, pretože naznačuje, že v životnom prehľade čas je vyjadrený v priestore. Časové udalosti sa človeku predkladajú tak, akoby boli rozložené v priestorovom kontinuu.

Môžeme si tu pomôcť jednoduchou analógiou. Predstavte si, že idete autom po horskej serpentínovej ceste. Neviete čo vás čaká vpredu a rýchlo zabúdate úseky, ktoré ste už prešli. Teraz si predstavte, že sledujete svoje auto z výšky asi 300 metrov a máte dokonalý prehľad o ceste za vami, pred vami a vidíte aj aktuálnu polohu v danom okamihu. Inými slovami, čas sa pre vás obohatil o priestorový rozmer, zatiaľ čo v úlohe vodiča bol váš zrak obmedzený klapkami lineárneho času.

Myslím, že k niečomu podobnému dochádza pri životnom prehľade. Vyzerá to, akoby umierajúci mohli vystúpiť zo svojho života, pozorujú ho ako diváci a jediným pohľadom zaregistrujú celú jeho dráhu.

Noyes a Kletti, bádatelia v oblasti štúdia panoramatickej pamäti, dospeli zrejme k podobnému záveru a niektoré ich prípady dokonca naznačujú, že moje prirovnanie je skôr reálne ako vymyslené. V tejto súvislosti poznamenávajú:

Z dôvodu rozšírenia priestoru spomienky sa často vnímali zdiaľky, akoby boli premietané na plátno (spomeňte si na prípad Nel). Topiaci človek videl svoj život „ako panorámu d'aleko pod sebou“. Muž, ktorý sa ocitol uprostred explózie povedal: „Bolo to, akoby som sedel na oblaku a pozeral sa dolu na celú scénu — minulú, prítomnú i budúcu.“¹⁵

Ak má mať koncepcia, ktorú predkladajú Noyes a Kletti, nejakú hodnotu, v údajoch o životnom prehľade by malo byť ešte niečo navyše. Mal by tam byť aj dôkaz niečoho, čo by sme mohli nazvať akousi *predpremiérou*, pretože v tomto poňatí zážitok na prahu smrti presahuje bežné časové bariéry. Títo ľudia by si preto mali aspoň niekedy nielen spomenúť na minulosť, ale nazrieť do budúcnosti.

MÔŽU?

Našťastie sa zdá, že dôkazy v tomto smere sú celkom jednoznačné: Naozaj môžu, alebo aspoň v literatúre nájdeme dosť takýchto výpovedí. Noyes a Kletti uvádzajú niekoľko pôsobivých príkladov (aspoň o potenciálnych budúcich udalostiach) a psychiatier Bruce Greyson vo svojej štúdii spomenul, že asi tretina tých, ktorí okúsili rekapituláciu svojho života, mala aj vízie budúcich osobných udalostí. Aj ja som našiel a uviedol vo svojich knihách nemalo prípadov, pričom som spomenul mnoho podrobností o záhadnom pohľade do budúcnosti.⁶ Uvediem teraz jednu zatiaľ nezverejnenú ilustráciu tohto neobvyčajného aspektu životného prehľadu.

Vrátime sa po ňu ešte raz k prípadu Nel. Možno sa pamätáte, pozerala sa na obrovskú televíznu obrazovku na ktorej boli zobrazené všetky udalosti jej života, od jej trinástich mesiacov. Na konci zážitku (aspoň tak to hovorí ona) sa sama vedome rozhodla k návratu do fyzického tela.

V tom momente sa objavila druhá obrazovka, veľká ako prvá. Ukázala mi zábery z toho, čo má prísť. Ukázala mi, že budem ešte dlho fyzicky trpieť; ukázala mi, že členovia mojej rodiny budú tiež trpieť na fyzickú bolesť; ukázala mi, že moja švagriná predčasne zomrie, čo sa aj stalo. Videla som veľmi tvrdú, kamenistú cestu. Bytosť (ktorá bola pri nej celú dobu) povedala: „Vrátiš sa a budeš udržiavať rodinu pohromade; budeš ich spájajúcim tmelom.“

Poznám Nel už viac ako pätnásť rokov a strávili sme spolu veľa času. Z mojich kontaktov s ňou som presvedčený, že udalosti, ktoré videla počas zážitku (neuviedol som tu všetky), sa naozaj odohrali tak.

Predchádzajúce úvahy by nám v každom prípade mali pomôcť vyriešiť zdanlivý paradox z vyššie uvedeného podtitulu - že životný prehľad je okamžitý a zároveň chronologický. V kontexte samotného zážitku, ktorý prebieha mimo času, sú všetky informácie prítomné vo virtuálnej súčasnosti. Keď však človek zážitok *opisuje*, pričom mu za chrbtom tikajú na stene hodiny, musí preberať udalosti jednu po druhej a dať ich do

súladu so známou stopou a dráhou svojho života. Je iróniou, že pri snahe o zrozumiteľné podanie musí ho nevyhnutne skresliť.

Musíte ho opísať v podobenstvách

V snahe vyjadriť kvalitu pocitov v procese životného prehľadu siahajú títo ľudia zvyčajne po metaforách. Tieto metafory môžu vystihovať aspekt súčasnosti alebo následnosti. V prvom prípade som počul ľudí prirovnávať pohľad na život k pohľadu na nespočítateľné množstvo bublín v priestore, pričom každá z nich obsahovala jednu scénu z ich života. Jedna žena povedala, že videla svoj život ako súbor „malých svetelných bodov a obrazcov“. Ďalší človek hovoril, že to bolo akoby nejaký aranžér celého zážitku „zobral jedno špáradlo pre každú scénu z môjho života a rozložil ich vedľa seba, takže vznikol akýsi plot z latiek a každá z nich predstavovala konkrétny úsek môjho života“.

Častejšie sú však prirovnania, ktoré odrážajú pocit obrovskej rýchlosti toku informácií. Ľudia to prirovnávajú k miliónom filmových záberov nasledujúcich po sebe veľkou rýchlosťou, alebo majú pocit akoby sa pozerali na presýpajúci sa balíček kariet. Niektorí majú pocit, akoby sa na nich valili obrazy generované počítačom, pričom každý z nich je jasný a zreteľný.

Typický je v tomto smere komentár jednej ženy: „Zažila som veľmi rýchlo rozpätie celého života, všetko čo sa stalo. (Uvádza rôzne spomienky) Všetko prebehlo predomnou. Veľmi rýchlo. Akoby prebehlo milión a jedna myšlienka. Veľmi rýchly film.“

Pri výbere metafor na priblíženie týchto procesov, ako ilustruje aj prípad tejto ženy, ľudia často siahajú po známých komunikačných médiách, ako je kino, televízia, magnetofóny a veľmi často video technika. Majú pocit, že celý ich život bol nejakým spôsobom *zaznamenaný* a v stave zážitku na prahu smrti sa im prehráva. Nebolo by ale pravdou myslieť si, že tento proces je čisto mechanický a obrazy sa striedajú vysokou a konštantnou rýchlosťou. Práve naopak, svojou vôľou ich ľudia môžu spomaliť a dokonca ich záber rozšíriť, ak chcú dosiahnuť hlbšie pochopenie ich významu. Ak použijeme porovnanie s videopáskou, dalo by sa povedať, že so životným

prehľadom je možné robiť to, čo so záznamom na video-rekordéri: prehrávať normálne, pretáčať rýchlo dopredu, obraz zastaviť, priblížiť alebo niektoré zábery úplne vymazať.

Niekoľko ďalších príkladov vám pomôže pochopiť, ako môže umierajúci človek v procese hľadania zmyslu vlastného života zohrať *aktívnu* úlohu. Využitie tohto interaktívneho režimu vo vzťahu k životnému prehľadu výrazne umocňuje, ako uvidíme, výchovný potenciál tohto zážitku a ponúka človeku čosi oveľa poučnejšie ako len pasívne svedectvo vlastného života.

Jedna žena — tá, ktorá videla prehľad života v podobe bublín — mi povedala: „Kedykoľvek som chcela, mohla som sa zamerať na významné udalosti, ktoré sa mi zdali možno dobré alebo zlé — nebolo na tom nič dobré ani zlé, len som to všetko znovu prežívala.“

Neev, ktorého príbeh už poznáte, použil raz prirovnanie v súvislosti s jeho životným prehľadom a povedal mi o tom:

Ked' som sa zamyslel nad scénami alebo vecami, na ktoré som si spomenul a chcel som sa na niečo lepšie pozrieť, jednoducho som na to myslel a všetko sa zasa vrátilo a zapamätal som si to. Chcem povedať, že takto prebehol celý život... a isté veci, tie, nad ktorými som mal najviac otázok, tie boli nápadnejšie.

Iný opis procesu rozšírenia záberu pochádza od švédskeho lekára Gôrana Gripa, ktorý mal zážitok na prahu smrti vo veku piatich rokov. V jeho prípade ho životným prehľadom, ktorý do veľkej miery súvisel s mladším bratom, sprevádzala svetelná bytosť. Niekedy nastala v postupnosti obrazov prestávka, takže svetelná bytosť mohla upriamiť pozornosť chlapca na konkrétnu udalosť.

Celá epizóda — so začiatkom, strednou časťou a jej koncom — stála predou mnou ako jeden celok: súčasne bolo možné vidieť každú drobnú činnosť či vyslovené slovo s emóciami (mojimi alebo bratovými), ktoré spôsobovalo. Z pohľadu dospelého by som povedal, že sme sa mohli túlať sem a tam statickou krajinou, v ktorej neboli stromy alebo kopce, ale skutky, slová a pocity. Bolo to, ako-

by sa na pôvodnú krajinu v tom istom „čase“ naniesla nejaká alternatívna krajina.

Často je bolestné sledovať to, čo sa v životnom prehľade objaví. V niektorých prípadoch sa však zdá, že je možné posunúť takéto obrazy rýchle dopredu, alebo dokonca niektoré strastiplné aspekty dodatočne vymazať. V takomto prípade sa ťažko vyhneme dojmu, že ten, kto je zodpovedný za vedenie životného prehľadu, dovolí to s blahosklonným súcitom. K tomuto aspektu sa o chvíľu z istého dôvodu budeme musieť vrátiť.

Jedna žena mi napríklad povedala, keď ju citovo upútala nejaká scéna, ktorá na ňu pôsobila nepríjemne. „Zarazila som sa a povedala si: ‚Nechcem tu už ostať; táto situácia sa mi nepáči...‘ Keď sa mi to stalo, niektoré veci som vynechala a šla som od začiatku až do konca.“ Chcel som od nej, aby mi to lepšie vysvetlila a opýtal som sa priamo, či mala pocit, že môže preskočiť scény, ktoré pre ňu neboli zaujímavé z citového hľadiska. Jednoznačne to potvrdila slovami: „Áno, a šla som k ďalšej časti.“

Muž, pre ktorého bolo sledovanie životného prehľadu ťažkou skúškou, bol obklopený skupinou svetelných bytostí. Keď už nevládal znášať prílev citov, stalo sa čosi zvláštne ale zároveň nádherné: „Vždy, keď som sa začal znepokojovať, na chvíľu to vyplí a cítil som iba ako ma milujú.“

Iná žena poznamenala, že jej svetelné bytosti *po* životnom prehľade „ma ušetrili všetkej veľkej bolesti, ktorú som počas prehľadu cítila tým, že zážitky, ktoré ju spôsobili, z mojej pamäti odstránili“. Zdôraznila však to, že hoci samotný pocit utrpenia zmizol, konkrétne informácie, ktoré sa počas životného prehľadu dozvedela - a poučenie, ktoré sa jej dostalo — ostali nedotknuté.

Vidíme teda, že zážitok životného prehľadu nie je mechanickým procesom, v ktorom človek pasívne pozoruje svoj život, ale že mu ponúka mnoho príležitostí, aby sa doň zapojil, videl ho novými očami, poučil sa z neho a perspektívne aby z neho rástol. V tomto zmysle, ako musíme ďalej hlbšie skúmať, životný prehľad možno chápať ako udalosť, pri ktorej človek sám seba pozoruje, ale zároveň do nej zasahuje.

Prežívate to z dvojitej perspektívy

Počas životného prehľadu je človek striedavo a niekedy súčasne hráčom i divákom — účastníkom a zároveň pozorovateľom vlastného života. Niekedy vstupujete do filmu, niekedy sa na neho len pozeráte a niekedy sa zdá, že oboje prebieha naraz.

Žena, ktorú som citoval vyššie a ktorá mohla preskakovať scény z jej života, hovorila aj o tomto dvojitom aspekte:

Niektoré (obrazy) som pozorovala z veľkého odstupu. Videla som ich akoby sa otvorili dvere, pozerala som sa, potom som odišla a nechala ich tak. Ale niektoré veci na mňa citovo zapôsobili a upútali ma.

Neev bol v tomto ohľade ešte podrobnejší:

Je to, akoby sme si šli zrekapitulovať život a zahrať si ho. Vystupoval by som v tej hre, ale zároveň by som ju pozoroval uprostred obecnstva. A vnímal by som všetky tie pocity, bolesť a utrpenie postáv okolo mňa. Cítil by som to ako herec na javisku a vnímal by som to aj ako divák. Mal by som obe perspektívy.

Podobne hovorí aj Göran Grip:

Spôsob, akým sme šli cez epizódy sa veľmi podobal tomu, ako keď si preberáte niečo v mysli: bez slov prežívate znovu niečo, čo sa už raz stalo a pozeráte na to zhora a vidíte seba ako herca medzi ostatnými.

Dvojitá perspektíva zrejme umožňuje človeku sledovať životný prehľad z nadhľadu, ale zároveň aj so živou citovou účasťou, takže sa môže z tohto zážitku poučiť dvomi rôznymi, ale navzájom sa dopĺňujúcimi spôsobmi. Keď sme teraz pochopili ako tento proces funguje, musíme sa v našom hľadaní základného poučenia zážitku na prahu smrti posunúť ďalej. Čo sa teda v tomto zážitku dozvedáme a ako sa toto naše nové poznanie ukladá do nášho vnútra?

POUČENIA Z PREHLĎADU O ŽIVOTE

Keď študujeme tieto výpovede o životnom prehľade, takmer okamžite vidíme, že tento zážitok je v najhlbšej podstate zameraný výchovne. Životné prehľady nás učia a, hoci ich obrazy sú neuveriteľne rozmanité, pričom každý z nich sa dotýka konkrétného života, obsahom ich poučení sú až udivujúco univerzálne pravdy. Učia nás, podľa môjho názoru, ako máme žiť. Je to také prosté. Existujú určité hodnoty - univerzálne - podľa ktorých by sme mali žiť a epizódy životného prehľadu nám živo a s neuveriteľnou silou tieto hodnoty pripomínajú. Nikto po takomto stretnutí nemôže tieto poučenia ignorovať, pretože sa mu *premietnu* ako také samozrejmé, že, ako uvidíme, nie je jednoducho možné ich vplyvu odolať. Najprv vidíte, potom si pamätáte a nakoniec podľa toho meníte svoj život. Nič iné vás k tomu neprinúti tak ako prehľad vášho života a keď začneme do neho prenikať ešte hlbšie, pochopíme aj prečo.

Uvediem tu niekoľko jednoduchých príkladov toho, čo mám na mysli a použijem na to niektoré príbehy z mojej knihy *Heading toward Omega*:

Ukáže sa vám váš život — a vy súdite. Spravili ste čo ste mali? Pomyslíte si: „Och, dala som šesť dolárov nejakému chudákovi a to bolo odo mňa úžasné.“ Zrazu to ale nič neznamená. Záleží na maličkostiach — možno ste pomohli dieťaťu, ktorému niekto ublížil alebo ste sa nakrátko zastavili pri človeku pripútanom na lôžko. Toto sú tie najdôležitejšie veci.⁷

V okamžiku môj celý život ležal obnažený pred touto zázračnou bytosťou, ktorou bol „BOH“. Vo svojom vnútri som cítil jeho odpustenie za veci v mojom živote, za ktoré som sa hanbil a zrejme neboli vôbec dôležité. Dostal som otázku — nie slovami, ale priamou, mentálnou, okamžitou komunikáciou — „Čo som spravil pre úžitok alebo pokrok ľudského pokolenia?“ Zároveň sa predo mnou v okamihu rozvinul celý môj život a ukázalo sa mi, alebo vysvetlilo, čo bolo dôležité. Nejdem to opisovať do detailov, ale verte mi, čo som nepokladal za dôležité, bolo teraz mojou spásou i o čom som si myslel, že je dôležité, nebolo teraz ničím?

Poznal som úplne a jasne všetko, čo sa kedy stalo v mojom živote... jednoducho všetko a vďaka tomu som v tej chvíli aj lepšie pochopil. Bolo to také jasné... Uvedomil som si, že každý človek prichádza na svet preto, lebo sú určité veci, ktoré sa musí naučiť a uskutočniť. Napríklad, rozdávať viac lásky, viac milovať iných. Objaviť, že najdôležitejšie sú medziľudské vzťahy a láska, a nie materiálne záležitosti. A uvedomiť si, že všetko, čo v živote vykonáte, sa zaznamenáva, hoci to možno prejdete bez povšimnutia, vždy sa to k vám vráti. Napríklad, možno... stojíte na červenú a ponáhľate sa a žena pred vami, keď zasvieti zelená, nevyštartuje hneď, možno si nevšímala svetlo tak skoro a vy sa naštvrte a začnete na ňu trúbiť. Toto sú tie maličkosti, ktoré sú naozaj dôležité.⁹

Ako vlastne človek pochopí tieto veci v kontexte životného pteľľadu? Zdá sa, že bytostí alebo bytosti, či už sú viditeľné alebo nie, ktoré často zrejme tento proces riadia, pomáhajú človeku všetko vidieť a intuitívne pochopiť. Jedným slovom, niečo sa vám ukáže a potom vysvetlí. Dovoľte mi uviesť pre lepšie pochopenie niekoľko príkladov.

Príbeh Gôrana Gripa je zvlášť poučným príkladom takéhoto individuálneho druhu vyučovania. O svetelnej bytosti, ktorú počas zážitku stretol, píše:

Jej láska mi pomohla prejsť mojm životom až do tejto chvíle. Videl som, prežil a spomenul si na veci, ktoré sa v ňom stali; nie len čo sa naozaj stalo, ale aj pocity, ktoré s nimi súviseli. Keď máte päť rokov, nemali ste ešte veľa príležitostí narobiť veľa zlých vecí, ale mal som dvojročného brata, na ktorého som strašne žiarlil a často som bol k nemu zlý, ako to už medzi bratmi býva a rodičia ma za to bežnými spôsobmi (nie bitkou) trestali.

Keď sme prechádzali cez rôzne udalosti, nebol som sústredený na to čo sme si navzájom vykonali (alebo na to „kto začal“). Dôraz bol stále na tom, ako sme si navzájom pôsobili na city. A vďaka láske a pochopeniu, ktoré vyžarovalo zo svetelnej bytosti, som našiel odvahu vidieť sám, s otvorenými očami a bez výhovoriek, čo mu v mojom konaní spôsobilo bolesť. A pri väčšine epizód, cez ktoré sme prechádzali, mi svetelná bytosť ponúkla iný spôsob reakcie; nebolo to vo forme výčitky, čo som mal spraviť, ale skôr čo som mo-

hol spraviť — akési otvorené pozvanie, ktoré mi dalo pocit, že jej návrh som mohol úplne slobodne prijať alebo odmietnuť.

Poučenia zo životného prehľadu sa však nepodávajú vždy s takou absolútnou nehou a láskyplnou ohľaduplnosťou. Niekedy sú naordinované celkom odlišne, ale s rovnako nezmatateľným výsledkom. Najlepšie to ilustruje príbeh môjho dobrého priateľa, ktorý mi ho rozpovedal niekedy v polovici 80. rokov, keď prišiel na moju prednášku na univerzite.

Volá sa Tom Sawyer a stretol som ho krátko po vydaní svojej prvej knihy v roku 1980. Počas nasledujúcich rokov som dobre spoznal aj jeho rodinu a časť jeho príbehu som opísal v ďalšej knihe *Heading toward Omega*. Je to zvláštne, ale túto konkrétnu epizódu z jeho zážitku som sa dozvedel až v deň spomínanej prednášky.

Tom mal v mladosti veľmi výbušnú povahu a raz sa pre ňu dostal do skutočných ťažkostí. Išiel na svojej červenej dodávke po meste, keď zrazu jeden chodec vybočil do cesty a Tom ho skoro zrazil. Namiesto toho, aby bol rád, že sa nikomu nič nestalo, dostal záchvat zúrivosti z toho, že ktosi ohrozil jeho krásne vozidlo, na ktoré bol neobyčajne pyšný. Po zlostných slovách čoskoro nasledovali údery a Tom nakoniec dorazil svoju obeť do bezvedomia a nechal ho ležať uprostred ulice. Zakrátko ho však premohli výčitky svedomia a keď nával hnevu pominul, ohlásil sa na políciu. Prepustili ho však iba s napomenutím.

Po rokoch, počas zážitku na prahu smrti musel túto scénu prežiť, ako iní, aj on ešte raz, pričom ju vnímal tiež z dvojitej perspektívy. Zo svojho pohľadu sa ocitol vysoko na neďalekej budove a z tejto výšky, ako divák, pozoroval bitku dolu na ulici. Ale jeho druhá časť sa aj tento raz reálne do tejto bitky zapojila. Počas životného prehľadu sa však ocitol v koži súpera a cítil každý jednotlivý úder, ktorý tomu človeku uštedril — bolo ich spolu tridsaťdva, ako povedal — predtým ako v bezvedomí klesol na chodník.

Táto výmena úloh, pri ktorej človek priamo vníma účinok svojho konania na druhého, nie je v príbehu Toma ničím jedinečným. Ako o chvíľu uvidíte, často sa vyskytuje počas iných ži-

votných prehľadov a zdá sa, že veľmi presvedčivo predvádza svoje poučenie, keď celou silou akéhosi psychického tela udiera do tých, ktorí prežívajú túto prekvapujúcu empatickú zámenu.

Aby ste získali lepšiu predstavu o tom, čo tento proces v sebe obsahuje, ako aj jeho účinky na dotyčného človeka, chcem vám navrhnúť skúsiť jedno malé cvičenie - cvičenie v stotožnení sa s predstavami. Môže vám to pomôcť pri začlenení poučenia zo životného prehľadu do vášho vlastného života a privlastniť si poznanie, ktoré ostatní získali zo svojich zážitkov.

CVIČENIE ŽIVOTNÉHO PREHĽADU

Pri sledovaní literatúry o životnom prehľade som bez problémov našiel množstvo prípadov, v ktorých ľudia nehovorili iba o výmene úloh, ale aj o tom, aké mali pritom pocity a čo sa z toho naučili. Chcem sa s vami, bez komentovania, podeliť o tieto úryvky, ale zároveň chcem, aby ste ich čítali určitým spôsobom a s konkrétnym úmyslom. *Prečítajte si ich, prosím, pomaly a vždy keď jeden dočítate, na chvíľu prestaňte a zamyslite sa nad tým, čo práve pisateľ povedal. Snažte sa pritom prijať do seba to, čo tieto osoby zažili, predstavte si na ich mieste seba.*

Tu je prvý, ktorý som vybral z informačného bulletinu skupiny našich spolupracovníkov v Seattli.

ZÁBLESK! Z môjho vnútra vyšľahli žiarivé farby a rozložili sa pred nami (bola v skupine osôb, ktorých tváre vyžarovali bezvýhradnú lásku) vo forme akéhosi divadla, ktoré sa vznášalo vo vzduchu. Bol to trojrozmerný, panoramatický obraz môjho života, každého aspektu môjho života. Všetko to, čo som kedy povedala, spravila, alebo dokonca na čo som si iba pomyslela, bolo tam pred nami a mohli sme to všetci prežívať. V jedinom okamihu som prežila znovu každú myšlienku, každý pocit, tak ako sa stal. A cítila som aj to, ako moje činy, alebo dokonca aj moje myšlienky zapôsobili na iných. Opäť som prežívala svoje kritické hodnotenia iných a potom som zrazu zmenila uhol pohľadu a vnímala som to, ako oni vnímali moje odsúdenie. Potom som sa zasa vrátila k svojim pocitom a mohla tak reagovať na túto udalosť, ale už napríklad s pocitom hanby alebo s výčitkami za

toto moje konanie. Obrovské množstvo myšlienok alebo činov, ktoré som vykonala vďaka svojmu sebecku, nechote alebo hnevu spôsobiť, že som teraz vnímala ako bolestne pôsobili na druhých. Vnímali som to všetko dokonca i v takom prípade, keď som si pôvodne zamienila, že budem ignorovať ako to na druhého zapôsobí. Cítila som navyše ich bolesť po celú tú dobu, ako ju cítili oni. Bola som v inej dimenzii, kde sa čas nedá merať ako tu na zemi... Tam som mohla spoznať a prežiť všetko naraz a v jednom momente som bola schopná prijať všetky tieto informácie!

Z knihy Raymonda Moodyho, *Úvahy o živote po živote*:

Potom sa všade dookola začali miháť obrazy z môjho života... Keď som niečo zbadala... bolo to ako keby som to videl (povedali by ste asi) očami, ktoré všetko vedia. Viedli ma a pomáhali mi všetko pochopiť. Táto časť zážitku sa mi hlboko vryla do pamäti. Nevidel som len to, čo som spravil, ale aj ako to zapôsobilo na druhých... pretože som to všetko cítil... zistil som, že dokonca ani vaše myšlienky sa nestrácajú... boli tam všetky moje myšlienky, (str. 35)

Z mojej knihy, *Heading toward Omega*:

Zrazu... prebehol predom mnou celý môj život... Prežil som ešte raz všetky pocity zo svojho života. A očami som vnímal, ako tieto pocity ovplyvnili môj život. Bol som obklopený absolútnou láskou a mal som porovnať tento nádherný pocit s tým, ako som svojím životom pôsobil na druhých. Bolo to hrozné porovnanie. Myslím to celkom vážne!... Pozerať na seba z hľadiska toho, koľko lásky ste dali iným ľuďom, je čosi zničujúce, (str. 71)

Z knihy Raymonda Moodyho, *The Light Beyond*:

(Počas jej životného prehl'adu), spomínam si na jednu konkrétnu situáciu... keď som bola ešte malá a vytrhla som sestre z ruky košík, lebo v ňom bola hračka, ktorú som chcela. Počas tohto prehl'adu som však vnímala jej pocit sklamaní a odmietania. Cítila som to, čo cítia iní, keď sa k nim správame bez lásky!... Všetko si tam môžete pozrieť a ohodnotiť a keď som tam bola, nedalo sa nič

skryť. Ja som bola tými, ktorým som ublížila aj tými, ktorým som pomohla a mala teraz dobrý pocit... Je to naozajstnou výzvou pre každý deň v mojom živote, keď viem, že keď zomriem, zasa budem svedkom každého môjho skutku, ale s tým rozdielom, že budem vnímať to, čo vnímali vďaka mne druhí. To ma naozaj núti zamyslieť sa. (str. 37–38)

Z ďalšieho bulletinu zo Seattlu:

V okamžitom trojrozmernom panoramatickom prehľade som videl každú udalosť môjho 22 ročného života... V jasnom svetle som videl každú sekundu týchto rokov do poslednej podrobnosti a pritom sa mi zdalo, že to trvá iba okamžik. Sledovanie a opätovné prežívanie všetkých týchto udalostí môjho života zmenilo všetko. Bola to príležitosť vidieť a cítiť všetku tú lásku, ktorú som rozdala a čo je dôležitejšie, všetku tú bolesť, ktorú som spôsobila. Mohla som súčasne prežívať znovu nielen moje vlastné pocity a myšlienky, ale aj všetkých ľudí, s ktorými som mala niečo do činenia. Keď som videla seba ich očami, bolo to veľmi zahanbujúce.

Z knihy P. M. H. Atwaterovej, *Coming Back*.

U mňa nešlo o prehľad, ja som všetko znovu prežila. Bolo to úplné opätovné prežitie každej myšlienky, ktorú som mala, každého slova, ktoré som povedala a každého činu, ktorý som vykonala; plus účinok každej myšlienky, slova i činu na každého, kto sa dostal do mojej blízkosti alebo do sféry môjho vplyvu, či som ho poznala alebo nie... Nechýbala žiadna drobnosť. Žiadne prerieknutie alebo nejasné slová. Ak existuje také niečo ako peklo, pokiaľ ide o mňa, tak to bolo ono. (str. 36)

Z knihy Davida Lorimera, *Whole in One*.

(Jeden väzeň spozoruje ako sa začína pred jeho zrakom rozvíjať papierový zvitok a hovorí o tom): Boli na ňom iba obrazy ľudí, ktorých som zranil. Zdalo sa, že to nemá konca. Obrovské množstvo ľudí, ktorých som poznal alebo videl. Potom sa objavili ďalší, ktorých som vôbec nepoznal. Boli to tí, na zranení ktorých som sa tiež ne-

priamo podieľal. Prežil som tak podrobnú históriu mojej dlhej zločineckej kariéry a k tomu sa pridali všetky tie malé ublíženia, ktoré som spáchal nevedome neuváženými slovami, pohľadmi a nevšímavosťou. V tejto nočnej more bolesti zrejme nechýbalo nič, ale najstrašnejšie bolo to, že pritom, ako sa ten zvitok odvíjal, cítil som na sebe každý záchvev utrpenia, ktoré som spôsobil iným. (str. 23)

Viem, že všetky tieto citácie sú spolu veľkým sústom na jedno posedenie. Rozoberali sme ich postupne na seminároch a bol som svedkom toho, ako sa mnohí nad nimi hlboko zamysleli a niektorí sa neubránili ani slzám. Ak máte podobný pocit už len pri tomto čítaní, predstavte si, aké to môže byť pre toho, kto to naozaj zažije!

Nestačí si, pravda, iba uvedomiť, že tieto komentáre vyvolávajú u čitateľov hlboké úvahy a silné emócie. Aby sme získali z týchto pozorovaní viac a, čo je dôležitejšie, začali ich uplatňovať v živote, musíme postúpiť ešte o krok dopredu.

Zoberte si, prosím, hárok čistého papiera, alebo si otvorte denník, ktorý si možno vediete. Možno máte radšej písací stroj alebo počítač. V každom prípade chcem od vás, aby ste nasledujúcich desať alebo pätnásť minút (môžete i dlhšie) venovali zamysleniu a môžete začať vetou:

Ked' uvažujem nad týmito príbehmi vo vzťahu k vlastnému životu...

Keď dopíšete, možno budete chcieť dočítať túto kapitolu, možno budete chcieť prestať. Nezáleží na tom — bude na vás trpezlivo čakať, až sa pozriete na jej záverečné slová.

KOMENTÁR K CVIČENIU ŽIVOTNÉHO PREHLĎU

Keby ste sa boli zúčastnili na jednom z mojich seminárov, na ktorom som použil toto cvičenie, bol by som vás požiadal, aby ste sa po dopísaní komentára rozdelili do skupín po štyroch alebo piatich ľuďoch, s ktorými by ste sa mohli podeliť o svoje

reakcie na vypočuté komentáre a ak by ste chceli, aj o to, čo ste o nich napísali vo vzťahu k vášmu životu. Potom by som vás bol pozval do záverečnej diskusie celej skupiny.

Ako som už uviedol, postupné dávky takéhoto cvičenia, posilnené spoluprácou celej skupiny, môžu byť veľmi pôsobivé a môžu vyvolať v účastníkoch dôležité zmeny v pohľade na život. Pri cvičení bez komunikácie s druhými nemôžete, bohužiaľ, zberať takéto plody navyše, sú však prinajmenšom dve veci, ktoré môžu podporiť jeho dopad na vás tak, aby sa dal porovnať s pôsobením celej skupiny.

Po prvé, viem, že niektorí účastníci si berú so sebou kópie uvedených príbehov, aby ich mohli neskôr použiť v malých skupinách, ktoré si vytvoria sami - zo spolužiakov, priateľov alebo doma z vlastnej rodiny. Môžem vám poradiť to isté. Pripravte si kópie príslušných strán z tejto knihy, alebo si ich prepíšte a môžete zrežimovať vlastnú verziu tohto cvičenia, ktoré vyústi do skupinovej diskusie.

Po druhé, chcem vás tu upozorniť na niektoré hlavné témy, ktoré sa obvykle v mojich skupinách vyskytujú.

Snáď najzrejmejšie — a najdôležitejšie - vnútorné presvedčenie, o ktorom sa účastníci takou či onakou formou vyjadrujú, je to, že toto cvičenie ich núti prehodnotiť staré chápanie známeho zlatého pravidla. Väčšina z nás ho chápe ako morálny príkaz: „Ciňte iným to, čo chcete, aby iní činili vám." V svetle týchto komentárov o životnom prehľade je čímsi oveľa viac - *takto to jednoducho funguje*. Skrátka, ak nám tieto výpovede naozaj odhaľujú to, čo prežívame v okamihu smrti, potom to, čo sme spôsobili iným, *vnímate*, akoby sme to spôsobili sebe. Známe napomenutia ako „Miluj bližného svojho ako seba samého" znamenajú z pohľadu umierajúceho počas životného prehľadu, že on sám je tým blízkym, ktorého má milovať. Nejde pritom už iba o nejaké intelektuálne presvedčenie alebo náboženské krédo — je to *nepopierateľná skutočnosť vami prežité skúsenosti*.

Takéto vnútorné pochopenie sa stáva pre umierajúcich úplne samozrejmé a niekedy si začnú oveľa viac vážiť aj toto univerzálne náboženské prikázanie, pretože jednoducho vedia *prečo* je to tak. Typický komentár v tomto smere sa objavil

v článku mojej nedávno zosnulej dopisovateľky Minette Crowovej, ktorá mala zážitok na prahu smrti v roku 1954. Uvedomila si vtedy, že

bez ohľadu na to, čo som komukoľvek urobila — bez ohľadu na to, či môj skutok bol dobrý alebo zlý — moja akcia pôsobila nielen na mňa, ale na všetkých naokolo. Vedela som, že každá akcia má svoju reakciu. Co robíme pre niekoho alebo proti niekomu, robíme to sami sebe. Dokonale som pochopila, čo mal na mysli Ježiš, keď povedal: „Čokoľvek ste neurobili jednému z týchto najmenších, ani mne ste to neurobili.“¹⁰

Iný spôsob, ktorým by sa to dalo interpretovať, je vysvetlenie, že životný prehľad nám psychologicky a duchovne názorne ukazuje, že vo vesmíre je v skutočnosti iba jedna osoba a ňou ste samozrejme vy. Každý skutok, každá myšlienka, každý pocit smerujúci k inému človeku — či už tohto človeka poznáte alebo nie — budete neskôr prežívať vy. Všetko čo vyšlete von, sa vám vracia - práve tak ako Tom Sawyer pocítil každý jeden z tridsiatich dvoch úderov, ktorými zasypal svoju úbohú obeť. Spomeňte si na to, ako výstižne a stručne zhrnula svoje poučenie zo životného prehľadu už skôr citovaná osoba: „Ja som bola tými, ktorým som ublížila aj tými, ktorým som pomohla a mala teraz dobrý pocit.“ Až sa najbližšie ocitnete s niekým uprostred zúrivej hádky, možno sa zarazíte uprostred vety, keď si uvedomíte, že vaše slovné útoky sa jedného dňa nevyhnutne vrátia k vám v nič neskrývajúcom zrkadle vášho života.

Neviem ako vy, ale keď meditujem o týchto dôsledkoch životného prehľadu, dospievam zároveň k novému pohľadu na spravodlivosť. Napadá mi, aká by mohla byť *dokonalejšia* forma spravodlivosti ako táto: Čokoľvek spravíte, stáva sa to vaším. Nie je to tak, že sme odmeňovaní za dobré skutky a trestaní za zlé; dostávame len späť čo sme dali a *presne*, ako sme to spravili. Nesebeckú lásku k vášmu dieťaťu prežívate ako lásku smerujúcu na vás. A podobne, neuvážené slovo, ktoré raní city iného, sa zabodne do vás - oko za oko, v rovnakej miere, bez možnosti omylu. Mohol Solón vymyslieť niečo spravodlivejšie?

Tieto úvahy nás privádzajú k zamysleniu nad jedným aspektom zážitku na prahu smrti, ktorý zrejme mnohým spôsobuje ťažkosti. Po prednáške o týchto zážitkoch veľmi často počujeme otázku, či sa každý nakoniec ocitne v prítomnosti Svetla a dostane sa mu neopísateľného požehnania, ktoré toto Svetlo udeľuje zrejme každému, kto sa dostane do jeho objatia. Za touto otázkou sa obyčajne skrýva presvedčenie, že niektorí ľudia by mali byť z takéhoto zážitku vylúčení - napríklad násilníci alebo iní, ktorí viedli nemorálny a trestuhodný život - (alebo podľa niektorých fundamentalistov „zatratené“ osoby).

Odpoveď, ktorú som počul od niekoľkých mojich respondentov bola celkom jednoznačná: „Všetci prídu do Svetla. Svetlo nepozná žiadne podmienky a nemá favoritov.“ Takáto odpoveď vždy vyvolá podráždenú reakciu niekoho z obecnstva a niekto vytiahne svoj tromf a neveriacky sa opýta: „Aj Hitler?“

Pamätám sa na jednu odpoveď, ktorú na túto otázku dala moja priateľka. Ako dieťa bola sexuálne a fyzicky týraná svojím otcom a keď sa ocíla vo Svede, telepaticky mu položila otázku: „Príde sem každý?“ Po kladnej odpovedi sa spýtala na to, čo predstavuje vrchol pre všetkých ľudí: „Dokonca aj Hitler?“ „Áno.“ A potom, akoby chcela pritlačiť Svetlo k múru, „počula sa“ ako sa pýta: „Dokonca aj môj otec?“ Odpoveď zasa bola: „Áno.“

Keď však rozprávala o svojom stretnutí so Svetlom, spomenula aj druhú stranu mince - životný prehľad. Pripomeňme si, čo sme počuli od jedného z mojich respondentov, ktorého som už citoval:

Obrovské množstvo myšlienok alebo činov, ktoré som vykonala vďaka svojmu sebecku, neochote alebo hnevu spôsobilo, že som teraz vnímala ako bolestne pôsobili na druhých. Vnímala som to všetko dokonca i v takom prípade, keď som si pôvodne zaumienila, že budem ignorovať ako to na druhého zapôsobí. Cítila som navyše ich bolesť po celú tú dobu, ako ju cítili oni.

P. M. H. Atwaterová opakovala výroky, ktoré som počul od iných respondentov a povedala, že opätovné prežívanie toho čo iným urobila, čo si o nich myslela a čo k nim cítila, bolo pre ňu peklom. A väzeň s naozaj dlhou zločineckou kariérou pove-

dal niečo čo nemožno prehliadnúť v súvislosti s Hitlerovými zverstvami: „V tejto nočnej more bolesti zrejme nechýbalo nič, ale to najstrašnejšie na celom bolo to, že pritom, ako sa ten zvitok odvíjal, cítil som na sebe každý záchvev utrpenia, ktoré som spôsobil iným.“

Aj tu ide zrejme o dokonalú spravodlivosť. Viete si z tejto perspektívy predstaviť aký asi mohol byť životný prehľad Hitlera? Ktovie, či sa vôbec už skončil!

I keď takéto úvahy do veľkej miery uspokojujú našu túžbu po spravodlivosti, zvlášť ak si spomenieme na neslávne známe postavy z histórie, väčšinu z nás však zároveň aj znepokojujú. Nikto z nás určite nežije život bez akejkoľvek poškvrny. Všetci sme spravili niečo, za čo sa musíme hanbiť a teraz musíme žiť s poznaním, že tieň týchto skutkov nás budú strašiť ako zlý duch. A určite je veľa činov, ktorých následky sme si možno ani neuvedomili, ale ich účinok, nie vždy príjemný, budeme musieť zažiť počas životného prehľadu. Takéto myšlienky — možno vám napadli počas písania vašej úvahy — môžu mnohých znepokojovať ba až hlboko deprimovať. Už len pomyslenie na také niečo sa javí ako bremeno, ktoré nikto nenosí rád a navyše sa zdá, že neexistuje čestný spôsob, ako sa ho zbaviť.

Existuje však predsa len spôsob, ako sa vyrovnať s problémom, ktorý hrozí, že nás zgniavi pochmúrnymi, hroznými, priam Dickensovskými predstavami. Riešenie sa môže zdať až prekvapujúco príliš ľahké, než aby sme mu uverili. Je však nepopierateľným faktom, že v tomto životnom prehľade je spravodlivosť zrejme vždy miernená akýmsi milosrdenstvom, ktoré umožní väčšine z nás prežiť svoje životy bez škripania zubov a pocitov úzkostí a výčitiek.

Nejde nikdy o nejaké zatratenie — nie ste súdení.

Ste v prítomnosti bytosti, ktorá vás bezvýhradne miluje.

Ste prijímaní s absolútnym súcitom.

Už sa vám odpustilo.

Máte sa na svoj život iba pozerat' a pochopiť ho.

Hoci je životný prehľad možno cenou, ktorú zaplatíte za vstup do Svetla, jeho prítomnosť vám pomôže cez neho prejsť

a to s tým najväčším súcitom, nežnosťou, láskou a dokonca aj s humorom. Nikto vás netrestá; *premieta sa vám váš život*, aby ste sa mohli učiť.

Teraz môžete pochopiť, prečo som z istých, takpovediac pedagogických dôvodov, zatiaľ úmyselne vynechal ten kľúčový aspekt životného prehľadu, ktorý vám umožní úplne pochopiť a prijať jeho poučenie bez pocitu viny alebo sebazatratenia. Aby ste teda mali úplný obraz životného prehľadu, vrátime sa teraz k niektorým predchádzajúcim komentárom, ktoré som už citoval. Dovoľím však ich autorom, aby vám povedali o tom, s akou jemnosťou sa im naznačilo, ako majú uviesť do života to, čo zažili. Aj tu platí pre nás všetkých to isté: nemusíte sa báť, že vás počas životného prehľadu bude súdiť nejaká vonkajšia sila.

ŽIVOTNÝ PREHĽAD AKO PROCES BEZ SÚDENIA

Medzi príkladmi, ktoré som uviedol pre cvičenie v životnom prehľade, jedna žena hovorila o tom, aké zahanbujúce bolo pre ňu, keď sa videla očami druhých. Najpoučnejšie sú však jej slová, ktoré pridáva okamžite potom:

A napriek tomu, keď som takto znovu prežívala svoj život, nikto ma za nič neodsudzoval. Nikto pri tých hrôzach nedvíhal prst, ani ma neobviňoval z mojich chýb. Vnímala som len ohromujúcu prítomnosť bezvýhradného prijímania, absolútnej otvorenosti a najhlbšej lásky.

Takéto konštatovania sú pomerne časté od ľudí opisujúcich svoj životný prehľad. Jedna moja priateľka z Austrálie mi napísala v liste čosi veľmi podobné a zdôraznila navyše výchovnú funkciu tejto skúsenosti: „Cítila som bolesť, radosť aj hanbu z toho všetkého, vrátane toho ako sa cítili tí, ktorých som sa dotkla. Tá Bytosť ma však nikdy neodsudzovala. Povedala vždy iba: „Učila si sa.“

Jeden muž z Kalifornie opísal túto skúsenosť slovami:

Začal sa prehľad môjho života a vedel som, že všetko, čo sa v mojom živote stalo, poznali už dobre dve bytosti — Kristus a ja. Ten prehľad nebežal preto, aby som mohol byť potrestaný, ale, aby som dostal príležitosť naučiť sa teraz, čo som sa nenaučil počas života. Keď som na to všetko pozeral, pochopil som, že to nie je nijaký súd, ale úžasná životná skúsenosť.

Jeden muž, rozhovor s ktorým som uviedol v knihe *Life at Death*, hovoril v podobnom tóne:

Ukázali sa mi niektoré dobré veci, ktoré som spravil a niektoré chyby, ktorých som sa dopustil a teraz išlo o to, aby som to všetko pochopil. Bolo to čosi ako keby mi ktosi ukazoval: „Vidíš, preto sa ti stala táto nehoda. A preto sa ti stalo tamto “ a tak ďalej, a tak ďalej... Nevnímal som však žiaden pocit viny. Všetko bolo v poriadku.”¹¹

V tejto kapitole sme už spomínali švédskeho lekára Gôrana Gripa, ktorý opisoval trpezlivý a nemoralizujúci spôsob, akým sa ho svetelná bytosť snažila poučať. Ďalšie jeho slová nám môžu pomôcť pochopiť, ako tento neodsudzujúci spôsob učenia pôsobí na päťročného chlapca:

Celkom určite som vedel, že keby som akceptoval jej návrhy, nebola by reagovala víťazoslávnym volaním: „Vynikajúúúúco, chlapče!” A keby som jej návrhy zamietol, nebola by nahnevaná, ani by sa ma nesnažila prehovárať. Mal som pocit, že som absolútne slabodný a rešpektovaný. Je pravda, že jej návrhy ma nabádali, aby som vo svojich postojoch prejavoval viac lásky a porozumenia... A hoci som znovu prežíval závisť, nenávisť, poníženie a samotu, tentokrát som bol ponorený do lásky a sily, ktorú mi dávala.

Tieto podrobnejšie opisy neodsudzujúceho kontextu životného prehľadu nám umožňujú skonštruovať presnejší model psychického procesu, v ktorom je možné občas bolestný obsah zvládnuť bez nadmerného pocitu stresu alebo viny. Bytosť alebo bytosti, ktoré zrejme tento proces riadia, prejavujú taký milujúci, súcitný a chápujúci záujem, že človek sa môže

preniesť aj cez najťažšie udalosti života s relatívnym pokojom. A keď sa niekedy dočasne isté hranice prekročia, tieto neuveriteľne starostlivé bytosti si vždy nájdu spôsob, ako ochrániť dušu človeka pred trýznivým plameňom vlastných výčitiek. V tejto súvislosti sa môžeme vrátiť k mužovi, ktorého som už tiež citoval:

Veľmi jasne som cítil, že celý životný prehľad by ma citovo zruinoval... keby nebolo toho, že môj priateľ (svetelná bytosť) a jeho priatelia, po celý ten čas pôsobili na mňa svojou láskou. Ja som ju cítil. Vždy, keď som sa čo len trochu znepokojil, zastavili to a chvíľu ma iba milovali. Ich láska bola hmatateľná. Mohli ste ju cítiť na svojom tele, mohli ste ju cítiť vo svojom vnútri; ich láska jednoducho cez vás prechádzala.

Ich láska bola terapiou, pretože môj životný prehľad na mňa pôsobil zničujúco. Bolo to čosi žalostné, jednoducho hrozné.... Dvíhal sa mi z toho žalúdok. Cez to všetko však prenikala ich láska²

Z uvedených citátov sa človek ťažko ubráni dojmu, že napriek všetkým svojim priestupkom, ktorí vidí zo zrejme vševďúcej perspektívy Svetelnej bytosti, je už v nich obsiahnutý aj moment odpustenia. A naozaj, niekedy tento akt odpustenia človek priamo vycíti, ako to bolo v prípade muža, ktorý okrem iného povedal: „Vo svojom vnútri som cítil jej odpustenie za veci v mojom živote, za ktoré som sa hanbil, ako keby sa mi malo naznačiť, že to nebolo nič dôležité.“

Aj ostatní respondenti dospeli k podobným záverom. Jedna žena mi napísala, že uprostred jej stretnutia so Svetlom zistila, ako sa jej bytie premenilo a že „moje ilúzie, hriechy a previnenia boli odpustené a očistené bez akejkoľvek otázky“. Iná žena mi o svojom životnom prehľade tiež povedala, že „odpustia sa vám všetky vaše hriechy“.

Zasa si tu musíme pripomenúť istú rovnováhu: pri životnom prehľade zrejme nejde o obviňovanie, ale rozhodne o pocit skúšky seba samého. Svetelná bytosť vás takpovediac drží v náručí bezpodmienečnej lásky a umožní vám, aby ste videli

seba pravdivo - bez viny a objektívne — aby ste mohli byť *sám Sebe bystrozrakým sudcom*. Pretože, nezabúdajte na jedno: napriek tomu stojíte zoči-voči sebe samým a učíte sa z toho, čo ste spravili. Životný prehľad vás nezabavuje vlastnej zodpovednosti, ale iba ju na chvíľu odkladá, aby ste mohli vidieť a pochopiť váš život v jeho celku.

A umierajúci ľudia to chápu — a veľmi jasne hovoria, že zatiaľ čo Svetelná bytosť nikdy nesúdi, *oni sa súdia sami*.

Napríklad, posledná žena, ktorú som citoval v súvislosti s odpúšťaním hriechov sa vyjadrila:

*Súdite sami seba. Odpustili sa vám všetky vaše hriechy, ale dokážete odpustiť sebe to, čo ste neurobili a mali urobiť a možno niektoré malé životné podvody, ktorých ste sa vo svojom živote dopustili? To je ten súd.*¹³

Keď som sa opýtal Neeva, či mal počas svojho zážitku na prahu smrti pocit súdu, odpovedal:

Nevidel som nikoho, kto by ma bol naozaj súdiť. Bolo to skôr, akoby som sa súdil sám z toho, čo som urobil a ako to pôsobilo na ostatných. Myslím, že som sa učil o sebe a ako zapadám do mozaiky životov všetkých týchto ľudí.

Podobnú poznámku vyslovil aj jeden muž z Austrálie, ktorý sa ocitol na prahu smrti, keď mal štrnásť rokov:

*Povedal som Svetlu, že som si myslel, že mnohí ľudia budú súdení a očakával som, že ma bude súdiť prísnejšie. Odpovedalo: "Ach, nie, tak to vôbec nie je. "Po mojej žiadosti mi prehrali naspať udalosti, ktoré sa stali v mojom živote... a ja som bol sudca."*¹⁴

V životnom prehľade predsa len teda existuje nejaký súd, jeho konateľom ste však na konci vy. Je to ďalší príklad dokonalej spravodlivosti zo strany životného prehľadu. Vždy však k nemu dochádza pod láskyplnou záštitou bytostí, ktorých jediným cieľom je, aby *sme* pochopili a prijali seba samých.

ZÁVERY

V tejto kapitole sme preskúmali, takpovediac, všeobecnú anatómiu životného prehľadu, pozreli sme si jeho základné aspekty a začali chápať čo a ako sa snaží naučiť človeka o jeho živote, a ako má na tomto svete vlastne žiť. Použil som zámerne výraz o začiatku nášho chápania, pretože i keď možno máte pocit, že sme prenikli do podstaty životného prehľadu dosť hlboko, môžem vás uistiť, že musíme preniknúť ešte hlbšie, ak chceme z neho získať pre naše životy všetko čo ponúka pre tých, ktorí zážitok na prahu smrti nemali.

Ako ste si možno uvedomili, určitým obmedzením tejto kapitoly je, že pri ilustrovaní rôznych aspektov životného prehľadu som podával iba jednotlivé úryvky z rôznych výpovedí, aby ste si mohli vytvoriť celkový obraz o tomto zložitom jave. Žiaden výklad o životnom prehľade by sa nemohol pokladať za úplný, ak by sme v ňom neuviedli príklady celých životných príbehov, od začiatku do konca tak, aby bol jasne viditeľný celý rozsah a spôsob týchto neobyčajných životných lekcií. V nasledujúcej kapitole preto zmeníme uhol zaostrenia nášho pohľadu tak, aby sme mnohé z toho čo bolo zatiaľ pre nás všeobecné, prešli na konkrétne, pričom budeme môcť pozorovať to, čo by Blake nazval „drobné zvláštnosti“. Aj my budeme môcť vidieť nebo v zrnkách piesku.

Poznámky

- 1 Kenneth Ring: *Life at Death (Život pri smrti)* (New York: Coward, McCann and Geoghegan, 1980), str. 117.
- 2 Takéto epizódy opísalo 43 percent topiacich sa ľudí, čo podstatne prekračuje 25 percent pri zážitkoch na prahu smrti všeobecne. Noyes a Kletti publikovali svoje práce pod titulom: „Panoramic memory: A response to the threat of death“ (Panoramatická pamäť: odozva na hrozbu smrti), *Omega*, 8(3), 1977, str. 181-194. Reprezentatívny prehľad o výskyte životného prehľadu je uvedený v práci Bruce Greysona: „Near-death encounters with and without near-death experiences: Comparative NDE scale profiles“ (Blízke stretnutia so smrťou so zážitkom na prahu smrti a bez neho: Komparatívne proti-

- ly rozsahu zážitkov na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 8 (jar, 1990), str. 151-161.
- 3 Ring, *Life at death*, str. 116.
- 4 P. M. H. Atwater: „*Coming back to life*“ (*Návrat do života*) (New York: Dodd-Mead, 1988), str. 36.
- 5 Noyes and Kletti, citované dielo, str. 188.
- 6 Príklady niektorých zvlášť pôsobivých prípadov uvádza Ring v knihe: *Heading toward Omega*, kapitola 7.
- 7 Ring, *Heading toward Omega*, str. 70.
- 8 Ibid., str. 67.
- 9 Ibid., str. 69.
- 10 Myra Ka Lange: „To the top of the universe“ (Až na vrchol vesmíru), *Venture Inward* (máj/jún, 1988), str. 40-45. (Myra Ka Lange bolo „nom du plume“ Minette Crowovej pre tento článok.)
- 11 Ring, *Life at Death*, str. 73.
- 12 Arvin S. Gibson, *Glimpses of eternity (Pohľady do vecnosti)* (Bountiful, UT: Horizon, 1992), str. 281.
- 13 Ring, *Heading toward Omega*, str. 70.
- 14 Bruce Elder: *And when I die, will I be dead? (A keď zomriem, budem mŕtvý?)* (Crows Nest, NSW, Australia: Australian Broadcasting Corporation, 1987), str. 24.

Životný prehľad ako najvyššia škola ztvota

Ste osemročným chlapcom. Je leto a môžete sa dosýta hrať a stvárať huncútstva. Jedného dňa vás však otec poverí úlohou. Máte pokosiť trávnik tety Gay a posekať burinu na jej dvore. Svoju tetu milujete a ona vás zbožňuje. Pred časom vás vzala do zadného dvora a povedala vám o plánoch s niektorými divými kvetmi, ktoré rástli práve na mieste, ktoré váš otec chcel vyčistiť.

„Nechaj ich," povedala vám teta, „len čo rozkvitnú, spravíme z nich venčeky pre dievčatá a náhrdelníky pre niektorých chlapcov".

Teraz vám však otec prikázal posekať práve tieto rastliny. Ste rozumný malý človečik a zvažujete svoje alternatívy. Mohli by ste povedať otcovi o plánoch tety. Ak by otec napriek tomu trval na svojom, môžete tete vysvetliť, že vás k tomu donútil otec. Alebo môžete požiadať tetu, aby si s ním pohovorila. Alebo sa môžete samozrejme pustiť do toho a všetok plevel vysekať. Vstúpme teraz do vašej mysle a čujme, ako uvažuje osemročný chlapec.

„Rozhodol som sa trávu posekať. A čo je ešte horšie, vymyslel som pre to názov. Nazval som to ‚Operácia sekaj ako môžeš'. Schválne som sa rozhodol byť zlý. A pustil som sa do toho, cítiac za sebou otcovu autoritu. Pomyslel som si: ‚Ojoj, ale som tomu dal. Dokázal som to. A ak teta Gay niekedy niečo povie, poviem jej jednoducho, že mi to kázal otec. Alebo ak sa ma niečo spýta otec, poviem, že mi to prikázal. A buďdem zbavený akejkoľvek zodpovednosti. Bude to v poriadku-Koniec príbehu."

Urobíte si svoju prácu a teta Gay nepovie o tom nikdy ani slovo. Ste oslobodený — a obídete úplne nasucho. A po čase na všetko zabudnete.

Prešlo štvrt' storočia. Máte niečo vyše tridsiatky a jedného dňa v máji opravujete niečo na aute. Ležíte pod ním na príjazdovej ceste k vášmu domu, keď sa zrazu podpery pod ním pošmyknú a vaše auto vás celou svojou váhou pritlačí k zemi. Ešte skôr ako vás stihnú zachrániť, prežijete zážitok na prahu smrti a počas neho zhlíadnete aj film o svojom živote. Neskôr nám o tom všetkom poviete:

„Predstavte si! Prežil som znovu nielen túto udalosť, ale každú myšlienku a postoj — dokonca som zaregistroval teplotu vzduchu a vecí, ktoré som predsa nemohol ako osemročný merať. Uvedomil som si, napríklad, koľko komárov bolo na okolí. Počas životného prehľadu som ich mohol spočítať. Všetko bolo oveľa presnejšie, než ako som to mohol vnímať v realite pôvodnej udalosti.

Prežil som znovu nielen postoj osemročného chlapca a *ten* zvláštny druh vzrušenia z toho, že niečo likvidujete, ale pozoroval som túto udalosť aj ako tridsaťtriročný dospelý človek. Bolo tam toho ale ešte viac.

Prežil som to presne tak, ako by som bol tetou Gay. Po niekoľkých dňoch vyšla zadnými dvermi a ja som vnímal všetky myšlienky, ktoré sa jej v hlave rozbehli. „Och, Bože, čo sa to stalo? Ojoj, musel na to zabudnúť. Ale nemohol na to zabudnúť, každý sa na to tak tešil. - Och, nie, zabudni na to. Nikdy také niečo nespravil. Mám ho tak rada. Ach, nechaj to tak, zabudni na to.'"

Stále sa zmietała medzi svojimi pochybnosťami a hovorila si: „Nuž, je to možné. Ale on nie je taký. Ale veď na tom nezáleží. Milujem ho. Nikdy mu to nespomeniem. Božechráň, ak na to zabudol a ja mu to pripomeniem, zranila by som ho. Myslím, že predsa asi zabudol Mám sa ho na to spýtať?" Jedna myšlienka za druhou. To čo vám hovorím, je, že ja som bol mojou tetou Gay, pozeral som jej očami, cítil som jej pocity, bol som v jej nezodpovedaných otázkach. Vnímal som jej sklamanie, jej poníženie. Pôsobilo to na mňa zničujúco. Po tomto zážitku sa môj postoj podstatne zmenil.

Vnímal som veci, ktoré sa vnímať nedajú. Videl som seba ako kosím trávnik priamo zhora, z výšky možno až tristo metrov, akoby som bol nejakou kamerou. Pozoroval som úplne všetko. Mohol som vnímať a cítiť a poznať všetko o mojej tete Gay, pokiaľ išlo o náš vzťah a Operáciu sekaj ako môžeš.

Okrem toho som mohol pozorovať túto scénu absolútne nestranne a pozitívne. Bez nepríjemných pocitov neistoty, konfliktu, bolesti a sklamaní, ktoré ovládli moju tetu. Ona však pritom stále trpela nad stratou jej kvetov. Nemohla už splniť to, čo deťom sľúbila a nemohla sa zmieriť s predstavou, že by som to bol vykonal naschvál. Ja som to však všetko vnímal očami Božskej, bezvýhradnej lásky.

Nebolo tam nič také, ako: „No, cítiš už, akú bolesť si spôsobil?“ Alebo: „Bol si naozaj darebák.“ Nič také. Iba jednoduché, čisté, úplné, absolútne nestranné pozorovanie. Ani ten najmenší náznak nejakého odsúdenia. Súčasne s tým som vnímal aj absolútny citový zmätok, ktorý som spôsobil v živote mojej tety. A zároveň s tým aj aroganciu, huncútske drobné nápady, rôzne zlé pocity a vzrušenie z toho, čo som v takom mladom veku svojím vlastným životom spôsobil.“¹

Teraz ste iným chlapcom, približne v rovnakom veku. Tentokrát ste Židom a je práve deň Jom Kippur, najväčší sviatok roka — Deň vykúpenia. Rodičia vás vzali aj s mladším bratom do synagógy a nechali vás na chvíľu samých, zatiaľ čo sami sa venujú modlitbám a meditáciám. Chvíľu s bratom poslušne sedíte, ale čoskoro sa začnete nudiť. Stačí jeden pohľad na brata, ktorý sa tiež netrpezlivo mrví a bez toho, aby si to rodičia všimli, vyklížete von. Na parkovisku nájdete nákupný vozík a už v ňom sedí váš brat a vy ho, len tak pre zábavu, začnete postrkovať sem a tam.

Potom vyjdete na neďaleký malý kopček, kde vám čosi zrazu napadne, stačí malé postrčenie a už sa vozík rúti dolu. S hrôzou pozorujete, ako váš brat smeruje rovno ku stene, na ktorú o chvíľu tvrdo narazí. Stojíte však ako primrznutý, až kým sa to naozaj nestane. Až potom sa rozbehnete dole a zistíte, že brat si udel hlavu a silne z nej krváca. Vyvedli ste naozaj pekný kúsok.

O desať rokov neskôr, počas zážitku na prahu smrti prežívate celú scénu znova. Vnímate ju teraz takto:

„Na začiatku životného prehľadu bola radosť, pocit veselosti a šťastia. Bol to naozaj príjemný pocit. Vnímal som brata i seba a náš vzájomný vzťah. Potom sa to zrazu zmenilo v mojom vnútri na čosi deviantné, skazené - v istom zmysle akési zlo. Z nejakého rozmaru som ho strčil a ponechal jeho vlastnému osudu.

Vnímal som pocity brata; spočiatku to bolo vzrušenie. Viete, 'Idem tak rýchlo, naozaj veľmi rýchlo', bolo to pre neho ozajstné vzrušenie. Keď zbadal ako sa blíži k stene, ktorej sa nemôže vyhnúť, jeho pocity sa zmenili a začal vnímať paniku, strach a napätie. A nebolo to tak, že by som ho videl, aký je zdesený. Ja som cítil jeho paniku. A zároveň som videl seba na kopci ako si uvedomujem, čo som to urobil. Neurobil som nič, až kým naozaj nenarazil do steny. Až potom som sa rozbehol pozrieť, či je v poriadku.

V životnom prehľade som však videl ako som konal a cítil som všetko, čo som spôsobil. A bolo pre mňa šokujúce, keď som videl, že spočiatku som sa to snažil nejako zakamuflovať. 'Si v poriadku, nič také sa nestalo, neboj sa'. Potom som si uvedomil, že to predsa nemôžem. Bol to akýsi vnútorný konflikt, ktorý sa mi zasa vracal. Zažil som ho v čase nehody a potom zasa počas životného prehľadu. Teraz to vyzeralo naozaj hlúpo. Uvedomil som si, že zatajiť sa to nedá. Nepomôže to nikomu. Aj tak všetko vyjde najavo a jeho to bolí.

Brata sa zmocnila hrôza, keď zbadal, že z hlavy krváca. Cítil som jeho intenzívny strach a bolesť. Šli sme späť a vzal som ho do synagógy. Nevedel som, čo mám robiť a bol som zdesený. Je to najväčší sviatok, každý sa modlí a nemalo by sa stať niečo také práve dnes!

A bežím dovnútra a keď sme prešli sklenenými dvermi, stála tam napravo jedna staršia pani. Videla nás a cítil som, ako nás vníma - 'Ó, Bože, čo sa to stalo,' a jej zdesenie. Teda, vnímal som to počas *životného prehľadu*. Vtedy, keď sa to stalo som ju takmer ani nezaregistroval.

Jednoducho som tam s ním vbehol a začal som kričať: Je tu doktor? Je tu doktor?' Ak sa také niečo stane v synagóge, každý zdvihne ruku. Ja som lekár'. A to spôsobilo ďalší chaos.

Počas môjho prehľadu som to bol ja, kto ten chaos cítil. Vní-

mal som všetkých. Bolo to ako bombardovanie pocitmi, záujmom, hnevom. Každého to nejako zasiahlo. Bolo to, ako keď ste v dave a každý beží k vám a vy ste zrazu ako v pasci. Počas životného prehľadu nielen všetci ku mne bežali, ale priam vrhali na mňa všetky svoje pocity. A všetky mňa dopadali a všetky som cítil.

V čase, keď sa to naozaj stalo, vedel som iba, že som spôsobil chaos ale nevnímal som to, čo všetci cítili. V mysli mi vírilo: 'Postarajte sa o neho. Nevidel som ako sa to všetko stalo'.

Cítil som prvých ľudí, ktorí sa blížili - prehliadali ho a môj brat prežíval zdesenie, keď počul, že sa mu stalo niečo zlé. Nevedel, čo sa deje. Lekári mali obavy o jeho zranenie na hlave. Nekonali bezhlavo, ale ponáhľali sa. Všetci sa radili čo ďalej. A boli tam aj ľudia, ktorí sa veľmi nahnevali, pretože ich modlitby prerušilo nejaké dieťa, na ktoré mali dávať pozor jeho rodičia.

A keď potom vyšla matka, najprv bola nahnevaná, pretože jej deti spôsobili taký zmätok - bola naozaj našťvaná. Zúrila, lebo bola nábožná a tento deň bol pre ňu dôležitý. Keď potom zbadala čo sa stalo, uvedomila si, že je zranený môj brat a jej hnev sa zmenil na strach, pretože nevedela čo sa stalo a chcela sa oňho postarať.

Počas životného prehľadu som cítil priam pichľavú bolesť prameniacu z matkiných pocitov. Cítil som, ako boli jej pocity zmätené a nevedela, čo sa to vlastne deje. Bola úplne zmätená. A potrebovala to vedieť, potrebovala ho vziať na ruky a postarať sa o neho a pritom mala zlý pocit zo mňa.

V životnom prehľade som mal možnosť cítiť a vnímať v podstate všetko, čo vtedy okolo mňa cítili ostatní. Pozeral som na to a zároveň som to aj robil. Vnímal som súčasne oba aspekty celého deja. Nevidel som však nikoho, kto by ma naozaj odsudzoval. Bolo to skôr akoby som sa odsudzoval ja sám za to, čo som spravil a ako som všetkých ovplyvnil."

Tieto príbehy, ako pochopíte, neopisujú žiadne vymyslené udalosti, i keď som vám ich podal tak, aby ste si ich vedeli predstaviť ako vaše vlastné. Vybral som ich zo skutočných výpovedí dvoch ľudí, ktorých poznám: prvý je Tom Sawyer - ktorého boxerský výkon a neskoršiu výmenu úloh si pamätáte

z predchádzajúcej kapitoly — a druhý pochádza z môjho rozhovoru s Neevom Springom. Je zrejmé, že obidva príbehy sa týkajú chlapcov v približne rovnakom veku, ktorí vyvádzajú huncútstva ako všetci ostatní. Hoci v prípade Neevovho brata existovala možnosť vážneho zranenia, oba príbehy sú príkladmi celkom obyčajných kúskov, akých sme sa v detstve všetci dopustili. A predsa, pozrite sa, ako sa počas životného prehľadu zväčšujú na udalosti úzkostného hľadania vlastnej duše a sebaopoznania!

Pri podrobnom pozorovaní týchto úplných epizód zo životného prehľadu (nezabúdajte pritom, že som uviedol u oboch týchto respondentov z mnohých ďalších iba po jednej), vidíme oveľa viac podrobností, ako predtým. Co nám teda odhaľuje tento bližší pohľad v týchto príbehoch?

Nebudem sa tu zaoberať aspektmi, o ktorých sme už hovorili - ako je dvojaká perspektíva alebo absencia odsudzovania — aby sme sa mohli sústrediť na to, čo je pre nás nové.

Vieme už samozrejme o tom, že keď počas životného prehľadu prežívate znovu nejakú udalosť, neprechádzate ňou presne tak, ako ste ju prežívali prvýkrát. Na týchto dvoch príkladoch môžete začať rozširovať chápanie *tohto* princípu. Počas životného prehľadu budete epizódu svojho života vnímať tak, ako by ste ju boli vnímali vtedy, keby ste boli dokázali byť pri nej absolútne sústredení — zmyslovo, psychologicky a telepaticky!

Dovoľte mi teraz, aby som sa poslednej vete venoval podrobnejšie, pretože obsahuje mnoho informácií, ktoré neboli zatiaľ jasne vyjadrené.

Po prvé, pri opätovnom prežívaní sa do neho zapoja všetky zmysly. Spomeňte si, ako Tom hovorí, že si zasa uvedomil teplotu vzduchu a „veci, ktoré som ako osemročný určite nemohol merať“. Tvrdí dokonca, že keby bol chcel, mohol spočítať komáre, ktoré lietali okolo (môže sa to vám zdať fantastické tvrdenie, ale počul som podobné od iných respondentov). „Všetko,“ hovorí, „bolo jasnejšie než ako sa to mohlo vnímať v realite pôvodného zážitku.“

Keď som sa spýtal na tento aspekt Neeva, povedal mi to isté: „Počas prehľadu,“ hovoril vzrušene, „sa mi zdalo, akoby som

jasne videl každé steblo trávy a každý vnem, ktorý som mal - pocit, dotyk, vôňu - to všetko bolo akési zväčšené. Nebolo to iba zrkové vnímanie."

Po druhé, súčasne sa zvyšuje stupeň psychického vnímania seba samého. Vidíte svoje motívy, i keď ste si ich prvýkrát neuvedomovali, alebo ste na ne medzitým zabudli a neexistuje žiadna možnosť sebaklamu. Nemáte k dispozícii žiadne výhovorky alebo nejaké pochybné ospravedlnenia, ktoré vám mohli napadnúť vtedy, aby ste sa sám pred sebou, takpovediac, schovali. Neskôr mi Neev povedal:

Keď som prežíval zasa svoj život, nezaujímali, ma už moje výhovorky prečo som to spravil. Neexistovali už žiadne výhovorky. Už som to všetko spravil a nemohol som to zmeniť ani ospravedlniť. Teraz som musel pochopiť, prečo sa to všetko stalo a aké budú následky.

A nakoniec možno to najpozoruhodnejšie počas životného prehľadu je to, že telepaticky vnímate myšlienky a pocity iných do takej miery, že dochádza vo vás k akejsi virtuálnej a úplnej citovej identifikácii. Jasne to vidíme v prípade Toma, ktorý sa, takpovediac, očitá v hlave svojej tety a vníma jej myšlienky i pocity. Jednoznačne hovorí: „Vnímal som to presne, akoby som bol tetou Gay." Podobne aj Neev vnímal zvlášť strach brata i obavy matky ako svoje vlastné.

Keď Tom opisuje inú scénu zo svojho životného prehľadu — svoj pästný útok na chodca — podáva mimoriadne výstižný obraz o tom, aká hlboká môže byť spomínaná citová identifikácia:

Videl som aj ako päst' Toma Sawyera dopadla priamo na moju tvár. A cítil som to rozhorčenie, zlosť, rozpaky, frustráciu afyzickú bolesť. Cítil som, ako si zubami hryziem dolnú peru — inými slovami, bol som v očiach tohto muža. Bol som v jeho tele. Prežíval som dokonale všetko, čo sa v ten deň týkalo vzťahu medzi Tomom Sawyerom a týmto mužom. Prežíval som neveriteľné veci, ktoré sa týkali jeho veľmi osobných, tajných a súkromných záležitostí?

K takejto identifikácii dochádza i v prípade, keď ide o mnohé osoby, ako to bolo v príbehu Neeva a množstvo informácií o ich pocitoch sa môže vnímať ako záplava úderov na vlastnú dušu.

Čo to všetko znamená? Ak môžeme týmto výpovediam veriť (a v literatúre sú ďalšie podobné), naznačuje to, že keď prechádzate životným prehľadom, *odpadajú všetky filtre, ktoré vás doteraz oddeľovali od ostatných*. Vášmu chápaniu už nestojí nič v ceste. Neexistuje žiadne skutočné rozdelenie medzi vami a ostatnými a vaša iluzórna existencia akéhosi izolovaného individua v tomto svete sa zrazu odhalí ako klam. Nikdy nebola skutočná. Zrazu vidíte, že namiesto toho, aby ste žili oddelene od ostatných, v skutočnosti ste neustále *ich súčasťou* a oni sú súčasťou vás.

Budeme sa musieť ešte chvíľu zamyslieť nad dôsledkami týchto, teraz už samozrejmych aspektov (prínajmenšom v kontexte životného prehľadu) a dospieť tak priamo k ďalšej téme, s ktorou sme sa počas diskusie o zážitkoch na prahu smrti už stretli a to zvlášť v súvislosti s efektom výmeny úloh, uvedenom v poslednej kapitole. Je to téma vzájomnej prepojenosti.

LEKCIA O VZÁJOMNEJ PREPOJENOSTI

Keď sme v predchádzajúcej časti uvažovali nad aspektom výmeny úloh počas životného prehľadu, veľmi jasne sme videli, ako sa počas zážitku na prahu smrti rúcajú obvyklé hranice a umožňujú tak umierajúcemu, aby sa úplne stotožnil s druhým človekom. Ukážky z príbehov Toma a Neeva ukazujú aké hlboké a špecifické môže toto stotožnenie byť. Tento aspekt životného prehľadu však možno rozvinúť ešte ďalej a pochopiť ho na úrovni vyššej abstrakcie ako základný životný princíp, ktorého logickým dôsledkom je spomínané Zlaté pravidlo. Len pred niekoľkými dňami som dostal ďalší list od Roxanny Sumnersovej, ktorú som vám predstavil v štvrtej kapitole. Ako si možno pamätáte, ešte v detstve mala dva zážitky na prahu smrti a prvý z nich som vám už uviedol. V poslednom liste píše o druhom zážitku, ktorý mala už ako dospievajúce dievča.

Zhodou okolností uvádza v ňom také aspekty, ktoré výstižne ilustrujú základné pochopenie životného prehľadu:

Keď som sa v sedemnástich rokoch takmer utopila v oceáne, objavil sa tam vo svetle celý môj život — ale namiesto sledu udalostí všetko prišlo naraz. Pochopila som, že čas neexistuje tak ako si to o ňom myslíme my a neexistuje ani rozdelenie medzi nami... Vskutočnosti to bolo vždy tak, ako keby takmer neexistoval nikto „druhý“. Hovorím takmer, pretože som si uvedomovala samú seba, ale vedela som, že moje seba-uvedomovanie žilo v rámci zložitého systému, ktorý existoval večne a naveky.

Tento večný, všade-prítomný „zložitý systém“, o ktorom Roxanne hovorí a v ktorom bolo zakorenené jej Ja, začínajú chápať bezprostredne mnohí umierajúci, pričom na nich pôsobia okamžité svojimi účinkami. Ďalšia moja priateľka, Fler Beaumontová z Austrálie, s ktorou som sa zoznámil na prednáškovom turné v roku 1993, mi tiež nedávno napísala o tomto istom aspekte zážitku na prahu smrti. Zažila ho (spolu so životným prehľadom) v roku 1988 a priamo a výstižne o tom hovorí: „Mám v sebe súcť s každým a so všetkým a uvedomujem si prepojenosť a jednotu všetkého.“

Takéto postoje nie sú bežné len bezprostredne po zážitku životného prehľadu, ale pokračujú v celom ďalšom živote a nevzťahujú sa len na ľudí. Tom Sawyer je v tomto smere celkom jednoznačný:

Pôsobíte na rastliny. Pôsobíte na zvieratá. Pôsobíte na vesmír. A počas životného prehľadu vy budete vesmírom a prežívať seba samého a ako... ste pôsobili na vesmír. Tie malé chrobáčky na vašich viečkach, o ktorých niektorí z vás ani nevedia, že existujú. To je ten vzájomný vzťah, vy so sebou a s tými maličkými entitami, ktoré žijú a prežívajú na vašich viečkach. Keď ste minule mávali na rozlúčku svojmu dobrému priateľovi, zapôsobili ste na mraky vysoko nad sebou? Naozaj ste ich ovplyvnili? Ovplyvňuje motýľ v Číne svojimi krídlami počasie v Amerike? Mali by ste radšej veriť, že áno! To všetko sa dozviete v jednom životnom prehľade!“

Z poslednej Tomovej vety jasne cítime, že nám necituje z nejakého komplikovaného pojednania o teórii chaosu. Jeho poznanie nevychádza z vedomostí, ktoré získal z kníh, ale, ako naznačuje, je to priame a nevyvráti teľné uvedomenie pravdy na základe jeho životného prehľadu.

P. M. H. Atwaterová videla vo svojom prehľade to isté a v predošlej kapitole som z jej výpovedí už citoval. Chcem tu len dodať jej poznámku o tom, že keď si uvedomila účinnok všetkých svojich skutkov, myšlienok a slov na ľudí okolo seba, do svojej pôsobnosti zahrnula aj „počasie, rastliny, zvieratá, pôdu, stromy, vodu a vzduch.“⁵ Jednoducho, bola spojená so všetkým v akomsi zložitom systéme jednoty.

Aj respondenti Raymonda Moodyho hovorili o tom istom pochopení. Jeden z nich povedal napríklad toto:

Jedna veľká vec, ktorú som sa dozvedel, keď som zomrel je, že všetci sme časťou jedného veľkého, živého vesmíru. Ak si myslíme, že môžeme ublížiť inej osobe alebo inej živej veci bez toho, aby sme ublížili sebe, tak sa veľmi mylíme. Pozerám sa teraz na les, alebo kvet, alebo vtáka a hovorím si: „ To som ja, to je moja časť. " Sme spojení so všetkými vecami a keď po týchto našich prepojeniach vysielame lásku, potom sme šťastní!"

Ide tu o základné uvedomenie, ktoré je súčasťou mnohých veľkých svetových, duchovných a náboženských tradícií, akou je aj známe samotné Zlaté pravidlo o vzájomnom správaní. V Amerike máme tendenciu spájať takúto perspektívu s našimi pôvodnými obyvateľmi, s domorodými Američanmi. Pravdepodobne si každý z nich vo svojom srdci uvedomí pravdu tohto pochopenia a túži po tom, aby mohol podľa nej konať v každodennom živote. Všetci sme určite čítali Johna Donna a v našom vnútri rezonuje jeho refrén „Žiaden človek nie je ostrovom". Životný prehľad vám to však ukáže a keď to vidíte na vlastné oči, nemôžete na to nikdy zabudnúť. Tá zložitá sieť celosti, ktorej ste neoddeliteľnou súčasťou, sa potom stáva vaším svetom a slúži ako skúsenostný základ vašej etiky.⁷ Je to jednoducho tak.

Keď Neev končil svoje komentáre v rozhovore o lekciiach zo životného prehľadu, zarazil sa a vyhrklo z neho:

Keby to mohol zažiť každý — zmenilo by to svet! Každý by chápал toho druhého a neboli by žiadne spory, žiaden chaos, a nebola by závisť a vojna... Životný prehľad je tá najvyššia škola života.

Samozrejme, nie všetci ľudia môžu mať takýto zážitok, ale každý sa z neho môže poučiť a pokúsiť sa absorbovať jeho pravdy. Zdá sa tiež, že ten alebo tí, ktorí sú zodpovední za riadenie životného prehľadu, majú záujem na tom, aby prospech z neho nemali iba umierajúci, ale všetci ostatní. Preto sa ľudia po zážitku na prahu smrti stávajú nielen jeho prijímateľmi, ale aj poslami.

Záleží už iba na nás ostatných, aby sme ich posolstvu načúvali, podľa neho konali a tým zmenili svet.

UZDRAVUJÚCA SILA ŽIVOTNÉHO PREHĽADU PRI PREMENE OSOBNOSTI

Svet sa nezmení, kým sa nezmeníme my a zmena musí začať v našom najhlbšom vnútri, aby sa mohla potom ďalej rozširovať. Poučenia zo životného prehľadu sa tak isto musia dostať dole z vysokej úrovne abstraktných princípov a presadiť sa v našom každodennom správaní, aby tak slúžili ako účinné katalyzátory celkovej premeny. Aby sme poznali ako sa to dá dosiahnuť, musíme preskúmať ešte jeden aspekt životného prehľadu, ktorý sa týka otázky - ako vlastne dochádza k zmene života po takomto zážitku. Pri tomto skúmaní zistíme, že životný prehľad môže často byť rozhodujúcim podnetom pre taký druh osobných transformácií, o akých sme už hovorili v šiestej kapitole a pre zmeny v prijímaní seba samého, o ktorých budeme uvažovať v kapitole nasledujúcej. Našou úlohou teraz však je pochopiť nielen ako ale aj *prelo* mení životný prehľad tak zásadne ďalší život človeka.

Základným aspektom, ktorý tu musíme pochopiť je to, že životný prehľad je pre dotyčného človeka nielen osobným odhalením alebo vnútorným pochopením kozmických princípov, ale aj procesom *uzdravenia*. Nejde v ňom totiž iba o to, že vidíte se-

ba samého, ale podstatné je *ako* sa vnímate a chápete a práve to je to, čo vás vylieči z pretrvávajúcich pocitov nehodnosti a sebazničujúceho správania. Výsledkom je akési odpustenie sebe samému ako aj iným, ktoré vás vracia k vašej skutočnej podstate.

Aby sme videli ako to funguje, zasa nám pomôže, ak sa sústredíme na niektoré detaily konkrétnych prípadov. Prinášam tu dva príbehy a začnem osobou, ktorú veľmi dobre poznám. Je to Barbara Harris Whitfieldová, teraz už známa spisovateľka a výskumníčka v oblasti zážitkov na prahu smrti.⁸

Zoznámil som sa s ňou na začiatku 80. rokov na konferencii na Floride. Po našom stretnutí mi začala písať a neskôr sa presťahovala do štátu Connecticutu, kde začala spolupracovať s mojím kolegom, psychiatrom Bruce Greysonom, ktorý pôsobí na Univerzite štátneho zdravotného strediska. Predtým, ako sa natrvalo usadila v Connecticute, ma však navštívila a rozprávala mi podrobne o svojom zážitku, ktorý som podal v knihe *Heading toward Omega*. Obmedzím sa tu na citovanie niektorých jej poznámok, ktoré sa týkajú toho, čo videla, poznala a pochopila počas samotného životného prehľadu:

Bolo to, ako by som bola zasa tam... Zasa som bola tým dieťaťom... (Hovorí o fyzickom týraní zo strany matky, ktoré tu opäť prežívala). Povedala som si: „Niet sa čomu diviť.“ Viete, nie je na tom nič divné, že ste takí akí ste. Len sa pozrite, čo s vami robia, kým ste malé dieťa... Bolo to ako, akoby som pochopila aká neistá sa cítim a aká menejcenná, pretože nikto ma ani neobjal a nedal mi pocítiť, že za niečo stojím. Potom som videla ako sa predom mnou rozvinul celý môj život... z perspektívy toho úbohého, neurotického dievčatka... Pozorovala som ako sa celé toto moje detstvo predom mnou otvára a uvedomila som si, že som vlastne všetko zle chápala a teraz som sa mohla sústrediť a lepšie som pochopila všetko to odmietanie, ktoré som predtým cítila. Všetko to odmietanie bolo v mojej vlastnej hlave... Bolo to ako tá najliečivejšia terapia, akú si viete predstaviť.

Odpustila som sebe samej, že som nebola vždy dobrá. Odpustila som si to, že som bola taká neurotická. Apocítila som veľké odpustenie a súcitiť k ľuďom, o ktorých som si myslela, že boli ku mne zlí... Apocítila som ich krásu a ich prednosti. A bolo to, akoby

všetky zlé záznamy boli úplne vymazané... Akoby som už nebola žiadnou obeťou, my všetci sme kedysi boli obeťami... A dokázala som jednoducho chápať všetko, čo sa dialo... Bolo to ako uzdravovanie... Celkový efekt bol taký, že som znovu prežila svoj život s oveľa zdravším postojom, ktorý ma vyliečil. A keď som sa dostala k jeho koncu, po prvýkrát som pocítila, že chcem žiť."

Ako som poukázal v knihe, poznanie, ku ktorému Barbara dospela počas jej životného prehľadu, bolo pre jej premenu absolútne rozhodujúce a prevratné zmeny v jej živote boli očividné nielen pre mňa v čase, keď som pracoval na knihe *Heading toward Omega*, ale pretrvávajú až dodnes, čo môže potvrdiť každý, kto ju pozná.

Ďalšou osobou, ktorej životný prehľad je zodpovedný za absolútny prevrat a posun v seba-hodnotení a správaní je Neev. O tomto aspekte v jeho príbehu som hovoril v prvej kapitole a keď si prečítate ešte raz strany (44—45), uvedomíte si, že zmeny v jeho živote boli práve také pozoruhodné, ako zmeny v živote Barbary. Chcem vám tu len na začiatok pripomenúť, že aj Neev pripisuje tieto zmeny samotnému životnému prehľadu. Ako sám povedal, z jeho životného prehľadu mu bolo doslova zle a „bol to životný prehľad, ktorý vo mne roznietil túžbu a umožnil mi túto zmenu“.

Po stretnutí so mnou mi Neev hovoril o tom, čo a ako sa naučil počas životného prehľadu. Zmienil sa aj o tom, podobne ako Barbara, ako uzdravujúco to zapôsobilo na jeho ďalší život. Okrem iného povedal:

Naučil som sa ako žiť. Myslím, že životný prehľad bol pre mňa čosi ako proces liečenia. On v skutočnosti vyvolal vo mne všetky tie zmeny, pretože mi umožnil zbaviť sa vecí, ktorým som nerozumel a ktoré boli pre mňa zdrojom hnevu a frustrácie. Ako bolesť, ktorú nechápeme a neakceptujeme. Prečo mi ľudia spôsobovali to, čo som považoval za groteskne kruté.

Keďže ale teraz videl, že konali vo svojej nevedomosti, nemohol im už ich správanie vyčítať. Nepoznali nič lepšie. A toto pochopenie mu umožnilo, aby im odpustil. Na záver konštatuje:

Životný prehľad bol vlastne mojím liečiteľom. Viete, mohol som chodiť k psychiatrovi a dvadsať rokov si sadáť do jeho kresla a aj tak by som nepochopil to, čo som pochopil teraz, pretože teraz som to prežil a pochopil lepšie a plnšie. Vo svojom živote som chápal iba malé zlomky a nikto ich neposkladal do celku. A tak som vliekol so sebou svoj batoh, kým som nenašiel iné časti, ktoré mi ho pomohli pochopiť. Životný prehľad bol pre mňa knihou odpovedí na súbor testov — akoby som dostal vysvetlivky ku knihe životného prehľadu. Všetko mi vysvetlila.

Tvrdenie (nech je už jeho skutočná hodnota pravdivej výpovede akákoľvek), že životný prehľad v sebe obsahuje „všetky odpovede“ na život človeka a že veľmi účinne nahrádza akúkoľvek formu psychoterapie, nie je v žiadnom prípade unikátne. Barbara Harris Whitfieldová pri rozhovore so mnou uviedla na túto tému v podstate rovnaký názor. V jednej chvíli mi s určitým citovým podtónom tvrdila: „Roky a roky intenzívnej psychoanalýzy toho najintenzívnejšieho druhu externej terapie by ma nedokázali preniesť cez to, čo som vtedy v takej rýchlosti prežívala.“¹⁰ Tom Sawyer sa tiež pridáva s poznámkou: „Keď to (životný prehľad) beží, máte k dispozícii všetko poznanie. Môžete byť psychológ, psychiatr, psychoanalytik a oveľa viac. Ste svojím vlastným duchovným učiteľom.“¹¹

Nemyslím, že by sa dala nahradiť psychoterapia životným prehľadom. Znevýhodnilo by to všetkých, ktorí tento zážitok nemali a ešte menej radosti by z toho mali všetci svedomití psychoterapeuti. Napadá mi však v tejto súvislosti niečo iné. Predstavte si terapeutický postup, ktorý by vychádzal z pokusu navodiť podobný typ zážitku. Nemusíme si vlastne takéto možnosti iba predstavovať - v podstate už totiž existujú v takých prístupoch, ako sú psychosyntéza a holotropné dýchanie a zrejme aj v mnohých iných terapeutických spôsoboch. Chcel by som preto povzbudiť podnikavých psychoterapeutov, ktorí sa zaujímajú o liečivú silu životného prehľadu, aby inovovali svoje praktické postupy a umožnili pacientom okúsiť tento zážitok, ktorý svojou silou mení životy. Takto by mohli aj mnohí iní zbierať rovnaké plody zo svojho osobného stromu poznania.

Tento návrh, hoci môže vyzeráť ako odbočenie od našej témy, v skutočnosti iba naznačuje to, k čomu smeruje záver tejto kapitoly. Je ním otázka, ako uviesť všetky tieto informácie do každodenného, praktického života. Keď sme takto spoznali dtiemajúcu silu v nás, ktorá dokáže zásadne zmeniť náš postoj k sebe samým, naše názory na svet a naše životy, ako sa môžeme k nej dostať? Iba teoretické poznanie je nám k ničomu. Aby ste niečo z tohto poznania získali, musíte byť pripravení presadiť ho do vlastného života.

AKO POUŽIŤ ŽIVOTNÝ PREHĽAD

Najpractickejšie poučenie, ktoré sa dá odvodiť zo štúdia životného prehľadu závisí od základnej schopnosti človeka - citového stotožnenia s inými ľuďmi: rozhodujúcim je vžiť sa do kože iného a prežívať jeho myšlienky a pocity ako svoje vlastné. Je to práve schopnosť takého citového stotožnenia, ktoré sa v dôsledku životného prehľadu mimoriadne rozvinie a to je to, čo môžete rozvíjať aj vy pri uvádzaní týchto poučení do praxe.

Možno si pamätáte ako v prvej kapitole hovoril Neev o tom, ako ho životný prehľad nainfikoval týmto nadaním. Konkrétne povedal: „Tieto inštinkty mi umožňujú vcítiť sa takmer do každého. Keď hovorím s ľuďmi, telesne i citovo vnímam, čo práve prežívajú. Je to, akoby som sa na chvíľu stal nimi.“

Chcel som tento aspekt preskúmať hlbšie a požiadal som ho, aby sa pritom ešte pozastavil. Povedal mi, že teraz používa tieto zručnosti takmer podvedome a s ich pomocou dokáže predpovedať následky svojich slov a skutkov skôr ako ich realizuje. To môžeme v podstate robiť všetci zámerne s tým úmyslom, aby sme neuváženým a necitlivým správaním nezranili city druhých.

Teraz si dávam oveľa väčší pozor na to, čo idem povedať, predtým než to poviem. A nie je to tak, že by som na to stále myslel. Robím to akosi inštinktívne. Je to tak, akoby som bol schopný pozrieť dopredu prv než skočím, ale je to na mentálnej úrovni.

Takto zabráňujem tomu, aby som vysielal negatívne impulzy. Tie, kto-

ré sú pozitívne, potrebné — tie sa mi akosi daria... Predtým som to takto nevnímal a myslím, že som sa to naučil počas životného prehľadu.

Čo sa naučil Neev zo svojho životného prehľadu, to sa zrejme môžete od neho naučiť vy. Dovoľte mi teraz podať konkrétny príklad, ktorý mi poslala jedna moja dopisovateľka. Opisuje v ňom totiž práve taký druh predvídateľného správania, ktorý je založený na explicitnom poznaní životného prehľadu.

Nedávno sa mi ozvala moja dobrá priateľka Judy, ktorá je veľmi sčítaná v literatúre o týchto zážitkoch. V liste mi opísala nasledujúcu príhodu:

Raz večer sme sa ja a môj priateľ stretli v jednej reštaurácii s dvojicou našich nových priateľov. Sedeli sme za stolom v takej konfigurácii, že sa nedal viesť spoločný rozhovor — a bránil tomu navyše i nadmerný hluk v miestnosti. Na vzdialenej ľavej strane stola sedela Michelle a môj priateľ Jim sedel po jej pravici. Ja som sedela vedľa Jima a ďalšia žena, Kathleen bola zas na pravom konci stola.

Spolu s Jimom sme sa chceli rozprávať s Michelle, pretože sme sa zaujímali o jej prácu a vedeli sme, že dlho nebudeme mať takúto možnosť, pretože čoskoro mala odísť na dlhšiu dobu do Európy. Keďže sa však ukázalo, že za takýchto podmienok nie je možný vzájomný rozhovor vo štvorici, postupne som sa s tým zmierila a prestala sa miešať do rozhovoru, najmä, keď som si všimla, že Kathleen sa očitá na okraji našej spoločnosti. Ťažko by sa aj bola medzi nás zapojila, pretože Michelle, ktorá je typom zabávača, sa rýchle stala ústrednou postavou celej konverzácie. Začalo byť zároveň zrejmé, že medzi Michelle a Kathleen vzniká akási vzájomná antipatia.

V každom prípade, Kathleen začala prejavovať známky ústupu, či dokonca vzdoru a čoraz viac mi bolo zrejmé, že sa cíti izolovaná. Neskôr mi Jim povedal, že si to vtedy hmlisto uvedomoval, mal však dojem, že okolnosti mu bránia akokoľvek zasiahnuť.

Avšak Judy, ktorá bola sčítaná v oblasti zážitkov na prahu smrti a vedela, čo znamená životný prehľad, náhle dostala bleskový nápad, ktorý všetko zmenil.

Cítla som sa mierne sklamaná, že nemôžem ďalej hovoriť s Michelle a mám sa venovať niekomu, kto nemá veľký záujem o rozhovor a ostáva od nás izolovaný. Je mi vždy ťažko, keď sa musím nútiť do formálneho rozhovoru, hoci len z povinnosti a tak táto situácia bola pre mňa veľkou dilemou. Zrazu mi ale napadlo: „Ako by som asi chcela vidieť túto scénu v mojom životnom prehľade?“ Okamžite som pocítila bolesť, ktorú vtedy mala Kathleen a jej intenzita mnou otriasla. Nevidela som svoj životný prehľad, ale skôr som cítila život Kathleen v mojom vnútri. Takmer akoby som ho prežívala sama, zvlášť tú veľkú mieru odmietania, ktorú cítila vo väčšej časti svojho života (čo mi neskôr aj potvrdila) a ako sa jej uzatváranie pred svetom stalo ochrannou metódou proti ďalšej bolesti.

Potom, keď Judy zasiahlo toto poznanie ako blesk z jasného neba, hovorí, že

pocítila som k nej veľmi rýchle súcít a nefalšovaný, silný popud, aby som sa jej venovala. Bez váhania alebo pretvarovania som sa k nej otočila — nielen hlavou, ale celým telom — milo som sa na ňu usmiala a začali sme sa rozprávať (hoci som vo svojom vnútri vedela, že slová vlastne ani nie sú potrebné). Reagovala, akoby ju niekto s láskou objal a čoskoro sme sa ocitli zahĺbení v našom vlastnom rozhovore. Výsledkom bolo nielen to, že stretnutie sa predsa len skončilo úspešne, ale navyše sa medzi Kathleen a mnou sa vyvinul veľmi úprimný vzťah, ktorý odvtedy dozrel do priateľstva. A odvtedy cítim k nej nezmenenú a bezpodmienečnú empatiu, ako keby som bola mala možnosť len na krátky okamih nahliadnuť za klamné závoje do srdca druhého človeka. Zasiahlo ma tak plnou silou poznanie, ktoré zažívame vtedy, keď sa naozaj dokážeme vžiť do kože iného človeka. Kde-si som čítala, že poznať niekoho naozaj, znamená milovať ho a môžem vám povedať, že v ten večer som sa o tom s dokonalou istotou presvedčila.

Všetko to sa stalo očividne len vďaka tomu, že Judy vedome použila svoje vedomosti o životnom prehľade a správala sa tak, ako si to priala neskôr sama vidieť.

Túto metódu, v ktorej si človek premieta vlastný životný prehľad, spomínajú aj iní autori. Pri čítaní recenzie knihy *What Tom Sawyer Learned from Dying* (Čo sa naučil Tom Sawyer pri umieraní), som si s veľkým záujmom prečítal slová autora:

Sawyerove odhalenia o životnom prehľade ma nútia skúmať vlastný život. Každý môj čin, motív, každé slovo a myšlienku, ktorá smerovala k druhým ľuďom. Budem cítiť radosť alebo hanbu, keď budem prežívať ako som svojím životom pôsobil na druhých?

Keď sa môj manžel dozvedel o životnom prehľade, úplne to zmenilo jeho správanie! Kedykoľvek začína strácať nervy, chce, aby som ho napomenula slovami: „Pamätaj na ten film o živote!” Hrozí sa toho dňa, keď zistí ako som vnímala jeho výstupy a prednášky na rôzne témy. Pripomínam mu, že naše „filmy” budú obsahovať veselé i smutné scény. Teraz sa veľmi snaží o to, aby si druhá polovica jeho filmu zaslúžila potlesk!

Taká mnemotechnická pomôcka ako varovanie: „nezabúdaj na svoj životný prehľad”, povedané s humorom alebo i celkom vážne, môže pomôcť aj iným pri uplatňovaní stratégie, ktorú si osvojil Neev. Pravdepodobne najlepšie je však vždy si s citom a jemne pripomenúť, že táto konkrétna chvíľa sa nestratí niekde hlboko v archíve vášho života, ale môže sa veľmi ľahko vrátiť. Všetko čo treba aby ste v tejto chvíli robili, je zamyslieť sa, ako to spravila moja priateľka: „Ako by som asi chcela vidieť túto scénu v mojom životnom prehľade?” Podľa toho by ste mali potom aj konať.

Sú aj iné metódy, ako uviesť toto poznanie do života. Jednu navrhol Göran Grip. Možno si pamätáte, ako mu počas životného prehľadu svetelná bytosť ukazovala čo urobil a čo mohol (nie „mal”) urobiť. Podobne môžete postupovať pri nasledujúcom cvičení.

Na konci dňa sa utiahnite na tiché miesto a môžete na to využiť napríklad aj krátku chvíľu v posteli predtým ako zaspíte. Niekoľkokrát sa zhlboka nadýchnite a uvoľnite sa metódou, ktorá vám najviac vyhovuje a sústreďte sa do svojho vnútra. V takomto stave si začnite spomínať na udalosti dňa v poradi ako sa stali. Keď prídete na scénu, ktorá vás rozrušuje, pre-

Cítla som sa mierne sklamaná, že nemôžem ďalej hovoriť s Michelle a mám sa venovať niekomu, kto nemá veľký záujem o rozhovor a ostáva od nás izolovaný. Je mi vždy ťažko, keď sa musím nútiť do formálneho rozhovoru, hoci len z povinnosti a tak táto situácia bola pre mňa veľkou dilemou. Zrazu mi ale napadlo: „Ako by som asi chcela vidieť túto scénu v mojom životnom prehľade?“ Okamžite som pocítila bolesť, ktorú vtedy mala Kathleen a jej intenzita mnou otriasla. Nevidela som svoj životný prehľad, ale skôr som cítila život Kathleen v mojom vnútri. Takmer akoby som ho prežívala sama, zvlášť tú veľkú mieru odmietania, ktorú cítila vo väčšej časti svojho života (čo mi neskôr aj potvrdila) a ako sa jej uzatváranie pred svetom stalo ochrannou metódou proti ďalšej bolesti.

Potom, keď Judy zasiahlo toto poznanie ako blesk z jasného neba, hovorí, že

pocítila som k nej veľmi rýchle súcitiť a nefalšovaný, silný popud, aby som sa jej venovala. Bez váhania alebo pretvarovania som sa k nej otočila — nielen hlavou, ale celým telom — milo som sa na ňu usmiala a začali sme sa rozprávať (hoci som vo svojom vnútri vedela, že slová vlastne ani nie sú potrebné). Reagovala, akoby ju niekto s láskou objal a čoskoro sme sa ocitli zahĺbení v našom vlastnom rozhovore. Výsledkom bolo nielen to, že stretnutie sa predsa len skončilo úspešne, ale navyše sa medzi Kathleen a mnou sa vyvinul veľmi úprimný vzťah, ktorý odvtedy dozrel do priateľstva. A odvtedy cítim k nej nezmenenú a bezpodmienečnú empatiu, ako keby som bola mala možnosť len na krátky okamih nahliadnuť za klamné závoje do srdca druhého človeka. Zasiahlo ma tak plnou silou poznanie, ktoré zažívame vtedy, keď sa naozaj dokážeme vžiť do kože iného človeka. Kde si som čítala, že poznať niekoho naozaj, znamená milovať ho a môžem vám povedať, že v ten večer som sa o tom s dokonalou istotou presvedčila.

Všetko to sa stalo očividne len vďaka tomu, že Judy vedome použila svoje vedomosti o životnom prehľade a správala sa tak, ako si to priala neskôr sama vidieť.

Túto metódu, v ktorej si človek premieta vlastný životný prehľad, spomínajú aj iní autori. Pri čítaní recenzie knihy *What Tom Sawyer Learned from Dying* (Co sa naučil Tom Sawyer pri umieraní), som si s veľkým záujmom prečítal slová autora:

Sawyerove odhalenia o životnom prehľade ma nútia skúmať vlastný život. Každý môj čin, motív, každé slovo a myšlienku, ktorá smerovala k druhým ľuďom. Budem cítiť radosť alebo hanbu, keď budem prežívať ako som svojím životom pôsobil na druhých?

Keď sa môj manžel dozvedel o životnom prehľade, úplne to zmenilo jeho správanie! Kedykoľvek začína strácať nervy, chce, aby som ho napomenula slovami: „Pamätaj na ten film o živote!” Hrozí sa toho dňa, keď zistí ako som vnímala jeho výstupy a prednášky na rôzne témy. Pripomínam mu, že naše „filmy” budú obsahovať veselé i smutné scény. Teraz sa veľmi snaží o to, aby si druhá polovica jeho filmu zaslúžila potlesk!

Taká mnemotechnická pomôcka ako varovanie: „nezabúdaj na svoj životný prehľad”, povedané s humorom alebo i celkom vážne, môže pomôcť aj iným pri uplatňovaní stratégie, ktorú si osvojil Neev. Pravdepodobne najlepšie je však vždy si s citom a jemne pripomenúť, že táto konkrétna chvíľa sa nestratí niekde hlboko v archíve vášho života, ale môže sa veľmi ľahko vrátiť. Všetko čo treba aby ste v tejto chvíli robili, je zamyslieť sa, ako to spravila moja priateľka: „Ako by som asi chcela vidieť túto scénu v mojom životnom prehľade?” Podľa toho by ste mali potom aj konať.

Sú aj iné metódy, ako uviesť toto poznanie do života. Jednu navrhol Gôran Grip. Možno si pamätáte, ako mu počas životného prehľadu svetelná bytosť ukazovala čo urobil a čo mohol (nie „mal”) urobiť. Podobne môžete postupovať pri nasledujúcom cvičení.

Na konci dňa sa utiahnite na tiché miesto a môžete na to využiť napríklad aj krátku chvíľu v posteli predtým ako zaspíte. Niekoľkokrát sa zhlboka nadýchnite a uvoľnite sa metódou, ktorá vám najviac vyhovuje a sústreďte sa do svojho vnútra. Vtakomto stave si začnite spomínať na udalosti dňa v poradí ako sa stali. Keď prídete na scénu, ktorá vás rozrušuje, pre-

tože jej udalosti alebo stretnutia vás stále trápia, zamyslite sa nad ňou pozornejšie a položte si otázku: „Ako by som asi reagoval z perspektívy životného prehľadu?“ Predstavte si potom v myslí túto revidovanú scénu. Neodsudzujte sa - jednoducho to sledujte. Po prijatí upravenej scény vypusťte skutočnú verziu z mysle a pokračujte v prehľade dňa. Keď narazíte na problematickú scénu, opakujte ten istý postup.

Ak ste typom človeka, ktorý vie stavať na takomto druhu denného prehľadu svojho života a stane sa to vaším zvykom, určite z toho veľa získate.

Ak vám takéto cvičenie nevyhovuje, mám pre vás náhradu. Pamätáte sa na cvičenie zamerané na výmenu životných úloh zo záveru predchádzajúcej kapitoly? Myslím, že stačí ak si jednoducho niekedy viackrát s plným sústredeníím a zamyslením prečítate uvedené citáty. Môžem vás uistiť, že keď ich budete prijímať a postupne si ich privlastňovať, začnú vplývať na vaše myslenie i konanie.

Určite aj vás napadnú ďalšie variácie takéhoto cvičenia, alebo navrhnete úplne nové metódy ako by sa mohli uviesť do života poučenia z jeho prehľadu. (Mimochodom, nesmierne by som ocenil originálne nápady, ktoré by mohli prospieť všetkým ostatným.)

Na záver musím ešte poznamenať, že samozrejme nemusíte podstúpiť zážitok na prahu smrti, aby ste mohli vidieť celý svoj život a priamo pocítiť jeho blahodárne účinky. Je známe, že k takýmto zážitkom dochádza niekedy celkom spontánne, napríklad v dôsledku stresu, alebo, ako som už naznačil, úmyselne pomocou terapeutických techník alebo inými prostriedkami. Ako príklad uvádzam tu nedávnu výpoveď jedného, predtým neznámeho, dopisovateľa, ktorá dokazuje, že ku kompletnému životnému prehľadu môže dôjsť bez akéhokoľvek jednoznačného impulzu, v podstate ako k blesku z jasného neba a predsa so všetkými vlastnosťami a následkami, ako je to v kontexte celého zážitku na prahu smrti.

Práve som si chcel ľahnúť na podlahu a rozmýšľal som nad niečím, keď mi pred očami prebehol celý môj život. Poznal som, že všetko čo sa v ňom stalo, bolo výsledkom môjho konania. Všetko

holo absolútne spravodlivé. Videl som prepojenie všetkého, čo som spravil. Necítil som pritom žiadnu vinu, neobviňoval som sa a neobviňoval ma ani „Boh“. S úplnou istotou som jednoducho vedel, že v mojom živote bolo všetko spravodlivé a absolútne na nič som sa nemohol sťažovať.

Takéto spontánne prípady nám pripomínajú, že úžitok z prekonaného zážitku na prahu smrti nezávisí od toho, či sme ho osobne prežili. To, čo umierajúci získajú priamo, môžu iní získať rôznymi spôsobmi bez toho, aby museli prejsť ťažkou životnou krízou. Dary poznania nás môžu zasiahnuť nečakane, môžeme ich hľadať, alebo sa môžu vynoriť zo zdanlivo náhodných situácií. Poučenie zo životného prehľadu, ako sme videli, je dostupné pre každého bez ohľadu na to, či mal alebo nemal priamy zážitok. Potrebné je len nezabudnúť to, čo ste sa naučili a konať v súlade so získaným poznaním.

Poznámky

- 1 Túto výpoveď som vybral z knihy autora Sidney Saylor Farra: „*What Tom Sawyer learned from dying*“ (*Co sa naučil Tom Sawyer pri umieraní*) (Norfolk, VA: Hampton Roads, 1993), str. 29-31. Urobil som pritom niekoľko menších zmien v interpunkcii a vynechal niektoré redundancie, ale Tomove slová som zachoval čo najvernejšie. Táto uvedená kniha je však mimoriadne hodnotná, pretože podrobne opisuje epizódy z jeho životného prehľadu a preto ju aj z tohto dôvodu vrelo odporúčam. Jeho životný prehľad je podrobne uvedený na stranách 29-37.
- 2 Táto výpoveď je prevzatá z môjho rozhovoru s Neevom Springom 20. mája, 1994. Jeho slová som trochu zmenil iba vtedy, keď som chcel vynechať moje doplňujúce otázky.
- 3 Farr, citované dielo, str. 33.
- 4 Ibd., str. 35.
- 5 P. M. H. Atwater, *Coming back to life*, str. 36.
- 6 Raymond A. Moody, *The light beyond* (New York: Bantam, 1988), str. 34.
- 7 Anglický spisovateľ David Lorimer založil svoju knihu *Whole in one* (*Dokonali v jednote*) presne na tomto aspekte a rverdí, že v tomto zmysle pomáhajú zážitky na prahu smrti vytvárať postmodernú eti-

ku vzájomnej ptepojenosti medzi ľuďmi. Každý, koho zaujímajú etické rozmery tohto javu, mal by si prečítať jeho duchaplnú a pôsobivú knihu. Aj iní autoti sa pri diskusii o životnom prehľade zaoberali touto témou. S najhlbšími diskusiami v tomto ohľade som sa stretol v týchto knihách: Darryl Reanny *Music of the mind* (Melbourne, Australia: Hill of Content, 1994), Sogyal Rinpoche *The Tibetan book of the living and dying* (San Francisco: HarperCollins, 1992), a Michael Talbot *The holographic universe* (New York: HarperCollins, 1991).

- 8 Pozri jej knihy *Full circle* (New York: Pocket Boks, 1990), s Lionelom Bascomom a *Spiritual awakenings* (deerfield Beach, FL: Health Publications, 1995).
- 9 Ring, *Heading toward Omega*, str. 106-107.
- 10 Ibid., str. 106.
- 11 Farr, citované dielo, str. 35.
- 12 Emily L. VanLaey, „Life review revealed in near-death experience (Životný prehľad odhalený v zážitku na prahu smrti), *Venture Inward* (júl/august, 1994), str. 51.

*Vo svetle lásky:**Poučenie o prijímaní seba samého*

Zo všetkých učení na svete najväčším je láska. A zo všetkých poučení zo zážitku na prahu smrti to najdôležitejšie a nadradené nad všetko je posolstvo lásky. A čo nás tento zážitok o láske učí je to, že všetko je láska, že všetko je stvorené z lásky a z lásky aj pochádza.

Pamätáte sa napríklad, ako Peggy Holladayová objavila túto pravdu, keď bola vo Svetle? „Svetlo mi povedalo, že všetko je Láska a myslím tým všetko! Vždy som vnímala lásku jednoducho ako ľudský cit, ktorý ľudia medzi sebou niekedy cítia a nikdy, ani v mojich najdivokejších snoch by som si nebola pomyslela, že je doslova VŠETKO!"

Keďže sme časťou všetkého, aj my sme stvorení v láske a láskou. Láska je preto našou pravou podstatou. Prečo ale potom toľkí z nás vo svojom živote túto lásku neprežívajú a dokonca nepociťujú ju niekedy ani k sebe samým? Prečo je pre nás také ťažké napojiť sa na toto plápolajúce jadro lásky alebo aspoň uveriť v jeho existenciu v našom vnútri? Co nás udržuje v takom od cudzení od našej samotnej podstaty?

Ak prijmem pravdu o najväčšom odhalení zo zážitku na prahu smrti, môže to znamenať len to, že sme stratili kontakt so Zdrojom. Pre nás, moderných ľudí je to Pád. Vypadli sme z Lásky podobne ako sú deti vyvrhnuté z lona matky do chladného sveta a zabudli sme na náš pravý domov. Príbehy zážitkov na prahu smrti nám to prichádzajú pripomenúť, spojiť nás znova so Zdrojom a prinavrátiť nás do náručia Lásky. A ešte viac: keďže Láska je základná pravda o zážitku na prahu smrti, môže nás aj oslobodiť.

Môžete sa oprávnene opýtať: „Čo nás tak spútava? Od čoho sa potrebujeme oslobodiť?“ Odpoveď bola už samozrejme nariadená: Je to jednoducho náš spôsob, ako zmýšľame o sebe a najmä ako sa neustále odsudzujeme a tým staviame stenu medzi nás a Svetlo. Svojím postojom k sebe sme si vytvorili vlastné väzenie a každé nové odsúdenie nás doň uzatvára ešte hlbšie. Nezabúdajte však na to, že Svetlo *neodsudzuje*. Ono miluje. A ako sme videli v kapitolách o životnom prehľade, v prípade potreby nám ukazuje iný spôsob, akým sme mohli konať, čím nás vedie k lepšiemu rozlišovaniu a chápaniu seba samých. Keď sa naučíme vidieť seba samých tak, ako nás vidí Svetlo, budeme môcť konečne slobodne vnímať svoju pravú podstatu a možno po prvýkrát sa naozaj milovať.

Čo nám môže k tomu pomôcť? Spomeňme si najprv čo nás o tom učí Svetlo. Budem tu opäť citovať Peggy:

Svetlo mi ukázalo, ako veľmi sú milovaní všetci ľudia. Bolo úplne bez pochybností zrejmé, že Svetlo miluje každého rovnako bez akýchkoľvek podmienok! Chcem to naozaj zdôrazniť, pretože som bola taká šťastná, keď som poznala, že nemusíme niečomu veriť alebo niečo robiť, aby sme boli milovaní. VŽDY SME BOLI A STÁLE SME BEZVÝHRADNE MILOVANÍ! Svetlo milovalo a staralo sa o všetkých s mimoriadnym zaujatím. Pamätám si, ako sme sa spolu pozerali na ľudí a Svetlo ma požiadalo, aby som „milovala ľudí“. Chcelo sa mi plakať, tak hlboko som s nimi cítila... Pomyslela som si: „Keby len vedeli, ako veľmi sú milovaní, možno by sa už viac necítili takí vydesení a opustení.“

Cieľom tejto kapitoly je využiť toto poznanie a sústrediť sa na lásku k sebe ako na mimoriadne dôležitú tému. Láska k sebe je však dosť dvojznačný a trochu nešťastný termín, pretože môže pripomínať napríklad francúzsky výraz *amour-propre*. Tento termín v sebe implikuje istý druh sebeckej lásky a v našom kontexte by skôr vyhovoval pojem *seba-súcit*. Tento pojem je tiež blízko psychologickému pojmu *seba-akceptovania* a používam ho na označenie pohľadu na seba samého, ktorý je zrejme dôsledkom stretnutia so Svetlom. Táto kapitola bude teda skúmať rôzne spôsoby, akými nás Svetlo učí prijímať seba samých, ako toto učenie

ovplyvňuje správanie ľudí po stretnutí s ním a, čo je najdôležitejšie, ako môžete začleniť tieto poučenia do svojho vlastného života, aby ste sa mohli hodnotiť z rovnakej perspektívy.

PRVÝ DAR SVETLA: PRIJATIE SEBA SAMÉHO

Keď som pracoval na knihe *Heading toward Omega*, dostal som list od jednej ženy z Ohia. Volala sa Nancy Čiarková a chcela sa so mnou podeliť o hlboký zážitok zo stretnutia so Svetlom. V liste opísala mnoho následných účinkov, ktoré *sú* pre týchto ľudí typické a zmienila sa aj o dopade tohto zážitku na hodnotenie seba samej. Napísala:

„Myslím, že pred týmto zážitkom som sa, ako väčšina ľudí, veľmi snažila o lepší obraz o sebe samej. Ale potom som naozaj zažila aká som vzácna a ako ma Boh — to Svetlo — miluje a neustále sa mi to pripomína v každodennom živote. Často si pomyslím: ‚Ak si ma tak cení On (ako som to zažila v ten januárový deň), potom vôbec nezáleží na tom, čo zlé si o sebe myslím — ja. URČITE som vzácna osoba‘. Viete, napriek všetkým mojim chybám — a určite ich mám — rozhodol sa, že mi ponúkne taký zážitok, ktorý mi zmení život. Nie preto, žeby som si ho bola zaslúžila alebo nejako sama privolala. Ale z nejakého dôvodu, ktorý nepoznám, som v jeho očiach vzácna. Verím tomu a potom v mojich očiach SOM taká TIEŽ!

Onedlho po tomto liste od Nancy som sa zoznámil na jednej prednáške v Bostone s Nel a o niekoľko mesiacov mi v liste opísala takú podobnú skúsenosť so skúsenosťou Nancy, že to vyzeralo akoby mali úplne rovnaký zážitok: „Po dlhom a ťažkom boji som sa naučila prijímať seba samú takú aká som. Ak ma to Svetlo a tá Bytosť mohli akceptovať so všetkými mojimi slabosťami a chybami, potom musím byť v poriadku.”

Keď si prečítate, čo zažila Nel pri stretnutí so Svetlom, ľahko pochopíte, prečo malo toto stretnutie na ňu taký hlboký účinok. Aby ste získali nejakú predstavu, uvádzam tu jeho krátke zhrnutie:

Zrazu som si uvedomila nejaké svetlo. Bolo všade okolo mňa, zahalilo ma, úplne ma obklopilo. Nebolo to ako nejaké svetlo tu na Zemi. Jeho farba sa nedá s ničím na Zemi porovnať. Nebol to lúč svetla zo Slnka; nebola to žiara zo 100-wattovej žiarovky; nebol to plápolajúci oheň, nebola to ani záplava sviečok; nebola to nebeská explózia na polnočnej oblohe.

Bolo to teplé; bolo to žiarivé; bolo to plné pokoja; bolo to prijímajúce; bolo to odpúšťajúce; nebol v ňom ani náznak odsudzovania; dalo mi to pocit takej absolútnej istoty o akom som nemala ani tušenia. Milovala som ho. Bola to dokonalosť; bola to totálna, bezvýhradná láska. Bolo to hocičo a všetko, čo by ste si mohli na Zemi želať. V tom Svetle bolo všetko.

Čítali sme, pravda, podobné výpovede v tejto knihe už predtým — bolo ich veľa — ale teraz vidíme zvlášť to, ako poznamenáva toto ponorenie do Svetla v človeku jeho zmýšľanie o sebe samom. Zo svedectva Nancy a Nel (obe sú typické pre mnohých umierajúcich) je zrejmé, že nestrácajú zo zreteľa svoje nedostatky (možno si ich uvedomujú ešte viac vďaka životnému prehľadu), avšak vedia, že bez ohľadu na ne, Svetlo ich miluje nekonečnou láskou a preto, v tomto zmysle, sú a boli vždy úplne v poriadku.

Pokúste sa prijať tento postoj tak, že si predstavíte seba v oblasti, kde vás obklopuje bezvýhradná láska a s pocitom absolútnej istoty sa dozviете, že hocijako tvrdo ste sa za svoje chyby a nevhodné správanie odsúdili, toto vaše odsúdenie Svetlo vôbec neprijíma. Aké oslobodenie od tyranie vlastného odsudzovania! Vy nie ste tou osobou, za ktorú ste sa pokladali: Vaše údajné „hriechy“ a omyly sú už odpustené a každým aspektom vášho bytia začína prenikať súcit Svetla, ktorý začína ovplyvňovať aj váš postoj k sebe. Nieto preto divu, že sa z takého stretnutia vraciate s úplne novým vnímaním seba. Tento nový postoj je utvorený podľa obrazu všetko objímajúcej lásky, ktorá teraz žije neustále vo vás.

Takéto prevratné životné odhalenia nie sú privilegiom len pre umierajúcich. Nancy Čiarková, o ktorej som písal v knihe *Heading toward Omega*, nebola vôbec v ohrození života, keď sa náhle ocitla v obklopení Svetla. Práve totiž prednášala rozlúčkový prejav na pohrebe priateľa. Ako neskôr uvidíme, Svetlo sa

často zjavuje osobám, ktoré nie sú v živote nebezpečnej situácii a má tendenciu vplývať na ľudí rovnako ako je to pri skutočnom zážitku na prahu smrti. Nemusíte byť blízko smrti, aby ste toto Svetlo zažili - môže sa vám zjaviť kedykoľvek. A ako som už zdôrazňoval niekoľkokrát, nemusíte dokonca priamo ani Svetlo zažiť, aby ste sa z neho poučili. Jeho poučenie je dostupné pre každého, kto je jeho posolstvu otvorený; stačí mať schopnosť uplatniť ho na sebe.

Už som povedal, že poučenie o akceptovaní seba samého prináša človeku veľké oslobodenie od seba-odsudzovania a objavenie skrytej vlastnej podstaty. Súvisia však s tým aj iné dary, ktoré sú výsledkom očistného procesu a sú takmer rovnako dôležité v praktickom živote. Jedným z najpôsobivejších je oslobodenie od názorov druhých, ktoré možno predtým obmedzovali postoj človeka k sebe i jeho správanie vo svete.

Príbeh Nel je dobrým príkladom týchto druhotných účinkov. V liste, ktorý mi napísala niekoľko mesiacov po našom stretnutí, rozviedla následky svojej znovu objavenej osobnej slobody a sily:

Najhlbší následok môjho zážitku na prahu smrti je ten, že akceptujem teraz seba jednoducho preto, že som, kto som. Už ma neobmedzujú žiadne apriórne obmedzenia a podmienky, ktoré vytvárajú ostatní. Už sa necítim viazaná robiť to, čo chcú druhí. Nepotrebujem už od nich ani nijaký súhlas či hodnotenie podľa ich noriem. Vo svojom vnútri som našla akýsi stred, ducha, ktorý vie, čo je pre mňa najlepšie a vedie ma vo všetkom, čo robím. Dôverujem tomuto vnútornému duchu, počúvam, čo mi hovorí a konám podľa jeho pokynov. Vážim si názory druhých, cením si ich snahu o moje dobro, necítim už ale povinnosť podľa nich sa aj riadiť. Cítim sa bezpečná so svojím vnútorným poznaním toho, čo je pre mňa najlepšie. Neobávam sa už odmietnutia, pretože už zrejme nehodnotím veci podľa očakávania iných. Každý deň rastiem v poznaní, že som samostatný jedinec a som úplne fungujúca ľudská bytosť s vlastnou myslou, telom a duchom.

Tieto slová napísala pred vyše pätnástimi rokmi, platia však stále. Poznám Nel celé tie roky a myslím, že dokonale vystihu-

jú jej charakter i spôsob života. V istom zmysle bol tento dokument, ktorý mi poslala, jej osobným emancipačným vyhlásením o tom, ako ju jej zážitok na prahu smrti oslobodil od závislosti na mienke a očakávaní druhých. Teraz bola konečne sama sebou. Všimnite si však, že neprejavuje žiadne sebecké sklony. Uvedomuje si - ako hovorí - ducha vo vnútri a nie nejakého vnútorného preludu a necháva sa ním viesť.

Neznamená to, že je k iným ľahostajná; v skutočnosti sa veľmi stará o rodinu a iných ľudí v jej živote a záujem o nich mnohokrát jasne prejavila. Kráča však vlastnou cestou, pretože sa otvorila vnútornému vedeniu, ktorému sa naučila dôverovať a vie, že je pre ňu správne.

Nie všetci ľudia po tomto zážitku sú takí jednoznační a bezkonfliktní ako bola Nel, ale mnohí dospeli k podobnému uvedomeniu a snažili sa, niekedy priam bojovali, o to, aby našli cestu k svojmu autentickému ja, ako aj do života, ktorý by umožnil jeho plné rozvinutie. V predošliých kapitolách sme sa dozvedeli dosť o spôsoboch, akými títo ľudia hľadajú nový životný štýl, ktorý by bol v súlade s ich novým vnímaním seba, alebo niekedy sa vracajú k zanechaným záľubám, okolo ktorých chcú vybudovať svoju existenciu. Aj títo ľudia vyhlásili svoju nezávislosť na ich podmienených existenciách a ich dosiaľ naprogramovaných životoch, ktoré sa v podstate riadili očakávaniami iných ľudí alebo celej spoločnosti a vykročili svojou vlastnou cestou. Našou úlohou však teraz je odhaliť, ako to dokázali a k akým tajným zdrojom ich priviedlo Svetlo, odkiaľ zobrali silu potrebnú na začiatok cesty, na ktorú ich priviedol ich vnútorný hlas.

ĎALŠIE DARY SEBAVYJADRENIA

Keď raz začne staré ja rozmotávať nitky utkané počas doterajšieho života v prostredí kritického posudzovania, prirodzená podstata jednotlivca sa konečne môže voľne vynoriť, aby sa uchytila, tentoraz v úplne novom ponímaní života. Tento proces však trvá určitý čas, pretože nové ja, ktoré sa práve zrodilo, sa neprejaví okamžite v hotovej podobe ako nejaký objav, ale

človek ho musí sformovať výraznými a často zásadnými zmenami v postojoch a správaní. Priatelia a rodina dotyčného človeka sa môžu navyše týmto zmenám brániť, nepochopia ich dôvod a obávajú sa ich následkov. Každý, kto teda chce využiť dary skryté v kladnom prijímaní seba samého, musí prekonať tendencie zotrvačnosti vo svojom vnútri ako aj možné vonkajšie prekážky. Našťastie sa v tomto procese vlastnej transformácie nečakane objavujú v duši človeka noví spojenci, ktorí poskytujú potrebné prostriedky, aby sa tak duša mohla prerodiť uprostred aktívnej činnosti.

Azda najzákladnejší z týchto impulzov je nová viera v seba, ktorá pochádza, takpovediac, z poverenia samotného Svetla. Už sme sa s týmto svedectvom stretli v príbehoch Nancy a Nel, ako aj iných respondentov, ktorí opakujú podobný refrén, keď hovoria o tom, čo im pomohlo vytrvať pri presadzovaní nevyhnutných zmien v ich živote. Jeden z nich to vyslovil slovami: „Pretože niekto verí mne, nemôžem prestať veriť sám sebe.“

Najzrejmejším praktickým vyjadrením tejto viery je výrazne posilnený pocit vlastnej hodnoty a osobnej sebadôvery. V knihe *Heading toward Omega* som uviedol veľa príkladov tohto druhu zmeny z rozhovorov, ktoré som robil v rámci výskumu.¹ Na ilustráciu tu uvediem niekoľko citátov:

Veľmi ľahko som sa dala zastrašiť... Už nie som taká... Teraz môžem hovoriť s hocikým... Viac si dôverujem.

(Predtým) som bol stále neistý... (Teraz) ak sa niekomu nepáčim, nerozháďže ma to... Vždy som bol — verte alebo nie — hanblivý a uzavretý a neboli by ste ma dostali, aby som prehovoril pred skupinou ľudí. No, spravil som dokonalý stoosemdesiatstupňový obrat.

Zmenila som sa o tristošesťdesiat stupňov, z veľmi plachej, introvertovanej osoby na extroverta. V každom smere! Teraz hovorím na verejnosti... Predtým som nikdy nedokázala predniesť nejakú reč.²

Už som uviedol, že zmeny v postoji k sebe samému, ktorých príkladom boli Nancy a Nel, sú typické pre ľudí po zážitku na prahu smrti. To isté platí aj pokiaľ ide o pocit väčšej hodnoty

seba samého. V knihe *Heading toward Omega* to platilo v 85 percentách mojich respondentov. Cherie Sutherlandová vo svojej austrálskej štúdii dospela k takmer rovnakému výsledku, keď 83 percent jej respondentov uviedlo tiež zvýšený pocit vlastnej hodnoty.³ Keby ste mali preskúmať niektoré jej protokoly, nebolo by ľahké odlíšiť ich od mojich. Pre porovnanie tu uvádzam aspoň niekoľko príkladov:

V čase môjho zážitku som bola presvedčená, že nie som ničím, že všetci ostatní sú oveľa lepšie vzdelaní. Bola som strašne hanblivá v tých dňoch. Ťažko sa mi to dnes veril (Smeje sa) Bola som veľmi hanblivá, veľmi nesmelá vo svojich schopnostiach. Nevedela som vlastne nič... Cítila som sa ako nejaká nehodná, bezcenná osoba v tých dňoch... Ale odvtedy sa môj život absolútne zmenil. Otvoril sa a stala som sa pozitívnejšia a viac si uvedomujem, kto vlastne som. Uvedomujem si teraz, že som dokonalá bytosť a mám na to plné právo a nemusím sa báť nikoho a ničoho iného. Viete, som ešte stále tá istá stará Moira a robím tie isté chyby, ale oveľa viac si uvedomujem, o čo tu ide. Mám teraz oveľa viac sebadôvery.

Od svojho zážitku som naozaj vyrástla, pokiaľ ide o sebadôveru a pocit vlastnej hodnoty. Predtým som nemohla vstúpiť do miestnosti, v ktorej bolo viac ľudí a radšej som prešla na druhú stranu ulice, než by som sa mala s niekým stretnúť. Teraz som tá prvá, ktorá sa ozve v rade. Vždy som obdivovala starého otca — bez váhania sa začal rozprávať s hocikým pri čakaní na autobus. Ja som sa neodvážila, nemala som absolútne žiadnu sebadôveru. Teraz viem, že niekto alebo niečo sa o mňa stará a vedie ma.⁴

Čo sa tu vlastne deje? Je zrejmé, že predtým latentné, dokonca netušené potenciálne možnosti človeka — sila, schopnosti a vôľa — začínajú rásť a prekviatať na pôde individuálnej duše, ktorá sa zrazu stala úrodnou. Svetlo vlastnou podstatou, podobne ako slnko svietiace na rastliny, privoláva do bytia to, čo bolo pôvodne určené na rozvoj, ale chýbal mu počiatočný, prebúdžajúci podnet. Jednoducho povedané, absolútna a bezvýhradná láska Svetla odhaľuje podstatu skutočného Ja jednotlivca a akonáhle dôjde k ich prepojeniu, výsledkom je

nevyhnutný vedľajší produkt v podobe rastu prirodzenej seba-dôvery a pocitov vlastnej hodnoty do takej miery, do akej boli od počiatku určené. Keď staré zmrzačené ja — hromada obranných postojov a kompromisov založených na strachu — odpadne, zahodiť sa môžu aj jeho barly. Výsledkom je odvaha. Človek môže konečne stáť na vlastných nohách.

Odvaha je ďalším spojencom, ktorý umožňuje, aby sme nielen počuli hlas svojho vnútra, ale ho aj nasledovali. Vo štvrtej kapitole som spomenul, že jednou z obvyklých tém v živote ľudí po zážitku na prahu smrti je istá duchovná cesta, ktorá v podstate predstavuje čínorodé hľadanie svojej autentickkej podstaty, ako to ilustroval príbeh Roberta. Z tejto našej novej perspektívy môžeme vidieť nielen to, prečo takáto cesta u týchto ľudí prevažuje, ale aj to, čo ju motivuje a pomáha realizovať. Zrodenie nového Ja v človeku nie je len otázkou pochopenia; vyžaduje si aj svoje prejavenie, pretože ináč sa rodí iba ako mŕtve dieťa. A jeho požiadavky môžu byť tvrdé.

Pozrime sa na príbeh ďalšej mojej dopisovateľky. Volá sa Maria, pochádza z Peru a svoj zážitok prekonala v Lime v roku 1975 v súvislosti s pôrodom tretieho dieťaťa. Keď sa vrátila späť a zotavila sa, zistila, že jej predchádzajúci spôsob života už nepredstavuje vhodnú nádobu pre jej energiu. A mala dosť odvahy, aby ju rozbila.

Spôsobilo to zásadnú zmenu v mojich postojoch k životu. Zanechala som všetky predošlé aktivity a akási energia ma nútila hľadať odpoveď — čo bolo pre mňa dosť divné. Začala som Bibliou, stretla som sa s mystikmi, guru, filozofmi, ezoterickými skupinami, náboženstvami a tak ďalej. Moje deväťročné hľadanie bolo naozaj intenzívne. Niekedy som cítila úzkosť, ale všetky také stavy som prekonala, pretože každý nový objav ma utvrdil v poznaní, že moje hľadanie a jeho výsledky sú v krásnom súlade s mojím zážitkom. To ma naplňovalo optimizmom a vnútorným pokojom.

Už som sa nedokázala identifikovať s ľuďmi z môjho známeho prostredia. Moje hodnoty utrpeli šok a začali sa meniť, pri intenzívnejšom hľadaní sa však tie nové potvrdili. Musela som sa rozísť so všetkými priateľmi a teraz ich mám medzi umelcami a avantgardnými intelektuálmi, z ktorých mnohí nachádzajú svoje povo-

lanie v službe pre druhých. Môj manžel bol veľmi chápatý a otvorený, ale niekedy som mu nedokázala vysvetliť, čo cítim a povedala som mu len: „Som na pokraji hlbokého poznania — bezodnej priepasti. “ S nehou a vážnosťou si ma vypočul a to mi veľmi pomohlo. „ Tak len pokračuj,“ odpovedal.

A ona pokračovala. Od jej prvého listu som dostal od nej niekoľko ďalších správ, naposledy to bolo vlani. Je už ďaleko od Limy ako geograficky tak aj metaforicky. Intenzívne sa zaoberá juhoamerickým šamanizmom, ktorý pokladá za alternatívnu cestu do tej istej oblasti, do ktorej sa dostala vo svojom zážitku. Pri spoznávaní jeho metód pomáha teraz tým ľuďom svojej kultúry, ktorí chcú tieto tradičné praktiky vyskúšať. Stala sa sama doslova šamankou a v poslednom liste sa vyznáva z pocitov, že našla pravé povolanie.

Maria bola jednou z tých šťastných, pretože pri hľadaní jej povolania v živote a jeho realizácii jej vyšiel manžel v ústrety. Mnohí ďalší nemajú také šťastie, pretože cesta, po ktorej sa cítia povolaní kráčať, ich často odcudzuje od priateľov i rodiny. Rozvod alebo koniec blízkeho vzťahu je preto ďalšou, pomerne častou, obeťou následkov zážitku na prahu smrti. Opustenie partnera alebo milenca, ako sme to videli v piatej kapitole v príbehu ženy s menom Mia, tiež vyžaduje odvahu, ale odvaha je práve ten spojenec, ktorý môže pomôcť pri takomto dramatickom kroku. A tento človek vie, že niekedy sa to spraviť musí, a to nielen pre osobné šťastie, ale preto, lebo jeho nové Ja jednoducho nemôže začať existovať a už vôbec nie rozvíjať sa v prostredí, ktoré je k nemu nepriateľské.

Ťažký zápas, ktorý musia mnohí vybojovať, aby uskutočnili svoje pravé Ja a šli kam ich vedie, vyžaduje zrejme veľa seba-súcitú. Túto snahu o počúvanie vlastného hlasu uprostred lomu tých, ktorí kričia a napomínajú, či dokonca hrozia, sprevádza často úzkosť. Počas súkromných konzultácií s ľuďmi zúfalo hľadajúcimi vlastnú cestu k oslobodeniu a duchovnému naplneniu som si musel často vypočuť naliehavé prosby o správne vedenie pri ich ťažkých a nevyhnutných rozhodnutiach.

I keď som tento druh *cri de coeur* počul často z úst mojich respondentov, nezabúdajme, že spôsob akým nás volá nová ces-

ta neznamená vždy také úporné hľadanie vlastnej duše ani nespôsobuje také ťažké otrasy v osobnom živote. Ako na príklad ľahšej premeny autentického Ja si môžete spomenul: na príbeh Peggy z prvej kapitoly, ktorá mala pochopiť príkaz „choď za svojou láskou“. Keď sa teraz vraciame k témam, ktoré sme skúmali na konci prvej kapitoly a vidíme ich v novom kontexte, výpovede Peggy nám pomôžu túto diskusiu uzavrieť tak vyvážene, ako si to teraz vyžaduje.

V jej prípade, ako si pamätáte, Svetlo ju nežne viedlo k tomu, aby si uvedomila, že jej prirodzená láska súvisí s hudbou, hlavne s radosťou zo spievania a v jej ďalšom živote sa spev pre ňu stal opäť hlavnou náplňou. Nemusela sa rozviesť s manželom, cestovať po svete a hľadať duchovných učiteľov, ani zahodiť svoj starý život ako hromadu odpadkov. Všetko, čo do života potrebovala, bolo jednoducho pamätať si „choď za svojou láskou“ až tam, kde ju zanechala a začať tam s ňou odznova. Nebolo na to treba ani tak veľa odvahy, skôr poznania a seba-pochopenia, ktoré dostala ako ďalší dar od Svetla. Pre mnohých stačí už aj tento dar, ktorý ich vedie po ceste neďaleko ich domova, i keď si nikdy nemôžu byť istí, kam ich nakoniec zavedie. Pre Peggy to bol aj pocit vďačnosti, ktorý jej cestu motivoval a bol pre ňu tým najväčším darom.

Celým svojím životom musím splácať Svetlu za to, že prišlo ku mne s láskou, keď som ho najviac potrebovala. Mám pocit, že to bude celoživotný projekt. Moje „staré ja“ je preč a každý deň objavujem „nové ja“. Neviem, čo mi prinesie budúcnosť, ale budem sa zo všetkých síl snažiť ostať otvorená pre zmenu a ďalší rast. Viem, že pravdepodobne strávim zvyšok života tým, že ho budem nejakým spôsobom naprávať v súlade s tým, čo sa mi stalo v ten augustový deň. Nevymenila by som to ale za celý svet! Budem to mať stále na pamäti a dúfam, že nájdem spôsob, ako sa o to podeliť s ostatnými.

Je zrejmé, cesta každého človeka je iná, a spôsoby, ktorými sa vytvára alebo znovu objavuje autentické Ja, sú pre mnohých putujúcich, ktorí hľadajú správny smer, rovnaké. Niektorí, ako Maria a Robert, budú musieť odísť ďaleko od miest, do kto-

rých ich zaviali ich doterajšie životy, budú si musieť nájsť spoločníkov a pri hľadaní objaviť úplne nové povolanie, na ktorom založia svoju novú budúcnosť. Iní, ako Peggy a Craig, sa potrebujú, takpovediac, iba vrátiť do záhrady svojho detstva. Niektorí sa rozvedú, zatiaľ čo iní svoje rodiny posilnia a obnovia. A cesta niektorých môže skončiť v slepej uličke.

A rôzne dary Svetla budú potrebné pre rôzne druhy ciest. Svetlo však učí aj toto: Ak ich budete potrebovať, dostanete ich. Neprestávajúca láska Svetla vás bude na ceste neúnavne sprevádzať a dá vám všetko, čo budete potrebovať. Jediná potrebná vec je urobiť prvý rozhodný a neodvolateľný krok na ceste, ktorú pomohlo objaviť vaše otvorené srdce.

HL'ADANIE VLASTNÉHO JA: POUŽITIE DAROV SVETLA

V tejto kapitole sme sledovali silu vyplývajúcu z daru seba-prijatia, ktorá umožňuje človeku vykonať zásadné zmeny v postoji k sebe samému a ako rôzne aspekty tohto daru — lepšie hodnotenie a pochopenie seba samého, väčšia sebadôvera a odvaha — potom pomáhajú realizovať také životné zmeny, ktoré vyjadrujú a ďalej posilňujú rodiace sa nové Ja. Nestačí však, aby sme tieto javy čo najhlbšie pochopili. Našou úlohou je zasa naučiť sa, ako realizovať v živote to, čo sme sa tu dozvedeli.

Najprv však dôležité upozornenie: Je samozrejmé, že veľa ľudí — nepochybne aj mnohí čitatelia tejto knihy — sú už na „správnej stope“ a z veľkej časti konajú v súlade so svojím autentickým Ja. Títo ľudia nepotrebujú tieto poučenia uskutočňovať, pretože to už urobili. Zatiaľ čo väčšine ľudí by prospel „doplňovací kurz“, aký táto kapitola ponúka, to čo nasleduje je určené v prvom rade pre tých, ktorí cítia, že táto kapitola v nich vzbudila isté pochybnosti o tom, do akej miery a či vôbec sú v kontakte s pravou podstatou a či žijú tak ako to bolo určené v pôvodnom pláne. Ak máte taký pocit, potom čítajte ďalej: je to určené pre vás.

Pozrime sa teraz bližšie na tému autenticity tak, že si pripomeniete vaše vlastné reakcie na to, čo tu bolo práve prezentované

a zvlášť v prvej a štvrtej kapitole. Určite tam boli niektoré prípady, s ktorými ste sa stotožnili, alebo vás prinútili zamyslieť sa na chvíľu nad vlastným životom. Venujte teraz týmto prípadom niekoľko minút, alebo ešte lepšie, dočítajte tento odstavec a potom si ich ešte raz pozorne prečítajte. Čo vo vás vyvolávajú? Pripomínajú vám nejaké bloky vo vašom živote? Rozhodujúce momenty, kedy ste sa nerozhodli správne? Obdobie, kedy ste konali tak, aby ste ulahodili iným a pritom ste ublížili sami sebe? Príležitosti - možno ich bolo príliš veľa— keď ste podľahli hlasom, ktoré vás naliehavo žiadali „naprav si svoj život“? Pripomenuli ste si svoje zlyhania pri „nasledovaní vašej lásky“ lebo ste si mysleli, že by ste konali sebecky? Môžu vám napadnúť vaše vlastné otázky, ktoré budú na vás pôsobiť ešte silnejšie. Pouvažujte teraz nad tým chvíľu a zapíšte si postrehy do denníka alebo na kúsok papiera, či do počítača — čokoľvek vám viac vyhovuje. Dôležitá tu nie je forma, ale proces seba-hľadania, ktorý umožňuje pôsobenie vo vašom vnútri. Vráťte sa k tejto kapitole až keď dopíšete a venujte tomu toľko času, koľko považujete za potrebné.

Vy sami sa budete musieť rozhodnúť, čo spravíte so svojimi objavmi. Možno si len tak chvíľu posedíte, necháte ich poletovať v pozadí alebo, ak máte k tomu sklon, budete o nich snívvať. Možno nespravíte nič - alebo sa vám to bude aspoň tak zdať. Niektorí sa porozprávajú s blízkym priateľom, zatiaľ čo iní budú o nich ďalej premýšľať alebo písať. Môžete dokonca skúsiť nejakú formu terapie, hľadať radikálnejšie prostriedky výskumu svojho vnútra, nájsť skupinu ľudí s podobnými zážitkami, hľadať duchovného učiteľa, alebo, ako Robert a Maria, nabrať vo svojom živote úplne nový kurz. Už som naznačil, že existuje nespočetne veľa spôsobov ako hľadať svoje autentické Ja a sotva môžem urobiť viac, ako niektoré z nich naznačiť, to-bôž nie nejaký predpísať. Všetko, čo môžem v tomto smere urobiť, a urobím tak v poslednej kapitole, je ukázať vám cestu k niektorým špeciálnym zdrojom a programom, z ktorých si budete môcť sami vybrať.

Z tejto kapitoly však predsa možno vybrať niekoľko hlavných myšlienok a pripomenutí, z ktorých môže mať úžitok každý. Všetky sa týkajú stretnutia so Svetlom, ku ktorému môže dôjsť v živote nebezpečnej situácii alebo aj za iných okolností. Tí,

ktorí to zažili, hovoria, že základné posolstvo Svetla platí pre každého. Odkaz tejto kapitoly možno teda zhrnúť takto:

Každý z nás je milovaný nekonečnou láskou a neveriteľným súcitom. Existuje plán, alebo akýsi predbežný náčrt nášho života a zatiaľ čo máme slobodu na jeho prijatie alebo odmietnutie, Svetlo nám ho pomáha nájsť. Ak sa dokážeme Svetlu otvoriť a pozvať ho do nášho života, ukáže nám našu vlastnú cestu — celkom jasne ju rozpoznáme ako našu, pretože nám prinesie radosť. Radosť v živote je najspofahlivejším znamením, že žijeme správne.

To, čo zabíja, je odsudzovanie; to čo lieči, je láska. Svetlo samo je iba láska a nikdy nesúdi; namiesto toho nás jemne *postrčí* k nášmu pravému Ja. Chce, aby ste si uvedomili, že podstata vášho bytia je toto Svetlo - nie je to niečo mimo vás. Keď sa stotožníte s týmto Svetlom, budete k sebe cítiť iba lásku a súcit — a zároveň ku všetkému — a budete schopní vzdať sa každého súdenia. Seba-zatracovanie, vina a iné formy mučenia seba samého sú rovnako minulosťou. Keď súdenie - ten nemilosrdný rozsievateľ delenia - odpadne, ostane iba prijímanie - všetkého. A to sa nazýva láska.

„Zo všetkých učení na svete najväčším je láska. A zo všetkých poučení zo zážitku na prahu smrti to najdôležitejšie a nadradené nad všetky je posolstvo lásky. A čo nás tento zážitok o láske učí je to, že všetko je láska, že všetko je stvorené z lásky a z lásky aj pochádza.“

Poznámky

- 1 Pozri kapitolu 4, zvlášť strany 100-103 v origináli.
- 2 Všetky tieto citácie sú z knihy *Heading toward Omega*, str. 100-101.
- 3 Sutherlandová podáva svoje zistenia v knihe *Transformed by the light* str. 134-135. A mimochodom, všetci tí, u ktorých nedošlo k vzrastu v ich vlastnom sebahodnotení, hovoria, že v tomto smere nenastala u nich žiadna zmena.
- 4 Tieto prípady som prevzal z ďalšej knihy Sutherlandovej *Within the light*, v ktorej predkladá oveľa viac prípadov, ktoré získala počas rozhovorov s respondentmi pre knihu *Transformed for the light*. Komentáre, ktoré som citoval, pochádzajú od jej respondentov Moiry, str. 192 a Patricka, str. 207.

*Pohl'ad na svet:
po zážitku na prahu smrti*

V poslednej kapitole sme sa venovali tomu, ako človek poznáva svoju pravú podstatu a ako ho k tomu vedie zážitok na prahu smrti. Videli sme, že tento zážitok podporuje u človeka kladné hodnotenie a prijímanie seba samého, čím mu dodáva odvalu, aby žil v súlade so svojim autentickým Ja. Z niekoľkých ďalších podobných poučení z tejto kapitoly azda najdôležitejšie bolo zdôraznenie potreby súcitu k sebe samému.

V tejto kapitole sa nebudeme pozeráť na seba, ale na svet tak ako ho vidí človek po zážitku na prahu smrti. Pritom sa v skutočnosti na chvíľu vrátíme k niektorým témam piatej kapitoly, v ktorej som sa pokúšal načrtnúť portrét človeka po tejto skúsenosti z hľadiska jeho presvedčení, postojov a hodnôt, ktoré sa objavujú ako dôsledok jeho zážitku. Táto štruktúra psychologických následkov je svojím spôsobom aj určitým *svetonázorom*, špeciálnym filtrom, ktorý umožňuje človeku vidieť a prežívať každodenný svet so zvýšenou vnímavosťou a vďačnosťou. Výsledkom je to, že súcit so sebou sa obracia navonok a mení sa na súcit s inými. Ako uvidíme, to je v skratke azda to základné poučenie, ktoré si máme v *tejto* kapitole osvojiť.

Úmyselne hovorím „osvojiť“, pretože našou úlohou tu nebude iba pochopiť, že človek po tomto zážitku vidí svet očami plnými súcitu, ale naučiť sa vidieť tento svet rovnako ako on. Ako môžeme začať zvnútorňovať túto perspektívu — a možno ako sme to už začali robiť bez toho, aby sme si to uvedomili — je úlohou tejto kapitoly a že to je možné, to je samozrejme základným východiskom tejto knihy. K takému presvedčeniu do-

speli aj tí, ktorí tento zážitok mali. Môj priateľ Steve, ktorého sme spoznali v prvej kapitole, mi povedal: „To poznanie, ktoré získajú ľudia, keď zomierajú, sa dá získať aj bez umierania. Nemusíte zomrieť, aby ste sa tam dostali.“

Ako sa teda môžeme začať zmocňovať tohto poznania a prijať vnímanie sveta tak ako ho vníma človek po zážitku na prahu smrti? Zdá sa, že existujú dva dostupné spôsoby, ktoré síce môžeme teoreticky odlíšiť, ale často sa navzájom ovplyvňujú a podporujú. Prvý spôsob pracuje na princípe nákazlivosti a druhý predstavuje vedomé úsilie napodobňovať správanie iných ľudí a tak prenášať do života to, čo sa iní naučili o svojom spôsobe bytia na tomto svete. V tejto kapitole sa budeme venovať obom spôsobom a začneme tým, že sa sústredíme na prvý.

ZÁŽITOK NA PRAHU SMRTI AKO UŽITOČNÝ VÍRUS

Ako viete, informácie o zážitku na prahu smrti sú známe od polovice 70. rokov minulého storočia, keď sa s takým elektrizujúcim účinkom objavili práce Elisabeth Kübler-Rossovej a Raymonda Moodyho. Západný svet sa tak dôverne oboznámil s príbehmi umierajúcich ľudí a ich ceste za Svetlom. Popularita týchto zážitkov mala svoje obdobia vzrastu i útlmu, ale nikdy celkom nezanikla a dodnes ostáva jednou z hlavných tém našej masovej kultúry. Je zvláštne, že napriek všetkej pozornosti, ktorá sa dostáva tomuto fenoménu, zvlášť v masmédiách a dnes už aj na internete, nevykonan sa prakticky nijaký výskum o účinkoch všetkých týchto informácií na tých, ktorí taký zážitok nikdy nemali — a to je samozrejme veľká väčšina ľudí žijúcich na tejto planéte. Skutočnosť, že po tak dlhom čase stále vieme tak málo o tom ako väčšina ľudí reaguje na záplavu materiálov o týchto zážitkoch, poukazuje na zarážajúcu medzeru v tejto oblasti štúdia ako i na potrebu zaplniť ju starostlivým a systematickým výskumom.

Neznamená to, pravda, že nemáme v tomto smere žiadne údaje. Rôzne skupiny odborníkov, ako sú lekári, ošetrovatelia,

psychológovia alebo členovia duchovenstva v USA vo vybraných komunitách skúmali rozsah poznatkov a postoj ľudí k týmto zážitkom¹. Existuje množstvo roztrúsených publikovaných i nepublikovaných článkov, z ktorých budem citovať v ďalších kapitolách. Sú výrečným a dojímavým svedectvom o tom, ako táto literatúra poskytuje útechu, nádej a inšpiráciu tým, ktorí takýto zážitok nemali. Takéto čiastočné výskumy a osobné výpovede určite naznačujú dopad týchto informácií na vybrané skupiny a jednotlivcov, zďaleka však nepredstavujú také štúdie, ktoré by boli zamerané na populáciu ako celok.

V skutočnosti poznám iba dve štúdie, ktoré sa zámerne zaoberali touto otázkou, hoci vzorka respondentov zďaleka nepredstavovala celú populáciu. Prvú štúdiu opísal pred niekoľkými rokmi dnes už nebohý sociológ Charles Flynn v knihe *After the Beyond* a nazval ju „The Love Project“. Snažil sa dospieť k istému morálnemu ponaučeniu zo zážitku na prahu smrti a svojim študentom zadal špeciálnu semestrálnu úlohu „správať sa s láskou k niekomu, s kým by ináč nijaký vzťah nenadviazali“². Je zrejmé, že Flynn použil stratégiu učenia založenú na priamom napodobňovaní človeka po takomto zážitku v jeho orientácii k druhým. Hoci témou jeho kurzov neboli priamo zážitky na prahu smrti, Flynn o nich prednášal a poukazoval na ich tendenciu vyvolať v ľuďoch láskyplný a súcitný postoj k iným. Súčasťou jeho vyučovania boli aj video-nahrávky niektorých respondentov. V úlohe sprievodcu konania, aké chcel u svojich študentov podporiť, žiadal ešte od nich aby si prečítali vtedy populárnu knihu Lea Buscaglia *Love*³ a premietal im záznamy z jeho prednášok.

Na jeho „projektoch lásky“ sa zúčastnilo vyše 400 študentov. Výsledky ich aktivít vyhodnotil pomocou dotazníkov a osobných denníkov, ktoré jasne dokázali, že tieto interakcie všeobecne posilňujú súcitný záujem o druhých (tento efekt potvrdilo 80 percent študentov), ako aj pocit vlastnej hodnoty (65 percent). Tieto účinky mali navyše tendenciu pretrvať, i keď opakovaný prieskum po jednom roku zistil určitý pokles.

Je zrejmé, že takýto pokus o zachovanie „poučení zo zážitku na prahu smrti“, ako to bez rozpakov formuluje Flynn⁴, nie je ani zďaleka prostým skúmaním účinkov informácií o týchto

skúsenostiach, o aké sa budeme čoskoro zaujímať. Novší výskum naznačuje, že človek *nemusí*byť vôbec v tejto oblasti aktívne zapojený, aby začal sám pociťovať niektoré pozitívne vplyvy takéhoto zážitku. Ľuďom, ktorí sú týmto zážitkom otvorení alebo sa začali o ne zaujímať, podobné zmeny aké sa prejavili u Flynnových študentov — a ešte ďalšie — môžu spôsobiť už samotné relevantné informácie.

Narážam tu na moju nedávnu prácu, ktorá vyšla v knižnej forme pod názvom *The Omega Project*. Príslušná časť tejto štúdie skúmala 74 osôb, ktorí prešli zážitkom na prahu smrti a, čo je tu zvlášť dôležité, rovnako kontrolnú skupinu 54 ďalších, ktorí sa síce o túto oblasť zaujímali, ale sami takúto skúsenosť nezažili. Pri porovnávaní zmien vo vzťahu k viere a životným hodnotám som zistil, že kontrolná skupina prejavila veľa rovnakých účinkov ako skupina prvá, hoci neprekvapuje, že veľkosť týchto zmien bola obvyčajne trochu menšia. Výsledky však jasne ukázali, že členovia kontrolnej skupiny prejavovali tiež viac pocitu vďačnosti za život, viac prijímali seba samých a boli súcitnejší s inými, menej materialistickí a tak ďalej - skrátka, odrážal sa v nich ten istý profil hodnôt, čo bolo zrejme výsledkom ich záujmu o tieto zážitky. Ďalšia analýza navyše ukázala, že táto zmena hodnôt v kontrolnej skupine mala tendenciu pretrvať a nestrácala sa ani po uplynutí istého času. V niektorých prípadoch opisovali títo ľudia zmeny, ktoré trvali už takmer dvadsať rokov.

Okrem toho som objavil ďalšie pretrvávajúce zmeny v presvedčeníach a hodnotách kontrolnej skupiny, ktoré ich zaradili do pozície nerozoznateľnej od respondentov s priamym zážitkom. Vo veľkej väčšine členov kontrolnej skupiny sa prejavila napríklad zvýšená vnímavosť k ekologickým problémom a väčší záujem o dobro celej planéty. Navyše, viac ako 80 percent hovorilo o menšom strachu zo smrti a podobné percento potvrdilo posilnenie viery v posmrtný život, čo je účinok typický pre ľudí s bezprostrednou skúsenosťou.

Celková štruktúra uvedených údajov nám všeobecne naznačuje, že už samotné oboznámenie so zážitkami na prahu smrti môže na nás pôsobiť ako nejaký „užitočný vírus“. Stačí teda, ak prijmem príslušné informácie a môžeme „ho dostať“ ,

pretože zážitok na prahu smrti je zrejme nákazlivý. Zdá sa preto celkom prijateľné tvrdenie, že takto môžete získať rovnaký úžitok — možno na celý život - bez toho, aby ste sa museli hodiť pod kolesá blížiaceho sa vlaku ako moderná Anna Kareninová a privodili si tak potrebný zážitok. Celá táto kniha je založená na tomto východisku a ak je správne, mali by ste už prejavovať niektoré príznaky infikovaného stavu, na ktorý „trpia“ ľudia po zážitku a mohli by ste vidieť svet podobne ako oni.

K podobnému záveru dospel aj psychiater Bruce Greyson, ktorý mnoho rokov vydával časopis *Journal of Near-Death Studies*. V roku 1983 publikoval výsledky prieskumu osobných hodnôt, ktorý založil na vzorke 89 respondentov so zážitkom na prahu smrti a na kontrolnej skupine 175 členov asociácie založenej na výskum týchto zážitkov, ktorí takýto zážitok nemali, ale bolo zrejmé, že prejavujú o ne dosť záujmu, keďže sa zapojili do činnosti tejto organizácie⁷. Greyson tu skúmal štyri oblasti osobných hodnôt a respondenti ich mali zoradiť podľa stupňa dôležitosti. Išlo o sebarealizáciu, altruizmus, duchovnosť a úspech v živote.

Z jeho záverov je dôležitá skutočnosť, že obe skupiny zoradili tieto hodnoty veľmi podobne. Hodnoty sebarealizácie, altruizmu a duchovnosti boli pre nich rovnako dôležité a nebol medzi nimi nijaký štatistický rozdiel. Úspech v živote ustúpil do pozadia, hoci v skupine ľudí so zážitkom to bolo o niečo výraznejšie. Celkove, ako to bolo aj v Projekte Omega, vidíme, že rebríček hodnôt u ľudí, ktorí sa o túto oblasť zaujímajú, sa podobá hodnotovej štruktúre ľudí s priamym zážitkom. Dôvody môžu byť samozrejme rôzne, ale jednou z možností, ktoré zohrali významnú úlohu je zrejme aj to, že presvedčivé svedectvá ľudí po bezprostrednej skúsenosti tak ovplyvnili ostatných účastníkov prieskumu, že sa stali členmi spomínanej asociácie. Prinajmenšom tu máme ďalší výskum, ktorého závery podporujú našu hypotézu užitočného vírusu.

Zistenia vyššie uvedených štúdií a hlavne ich dôsledky vyvolávajú vo mne nové otázky a myslím, že si zaslúžia ďalšiu pozornosť zo strany bádateľov. V rámci môjho snaženia som pred niekoľkými rokmi vykonal vlastný neformálny prieskum, ktorý sa už dvakrát zopakoval. Spočil som v ňom prístup Flynna

s metódou Projektu Omega a hoci ide iba o malý pokus, provokujúcimi podnetmi prispieva k objasneniu toho, ako môžu informácie o zážitkoch na prahu smrti ovplyvniť celú populáciu podobne, ako si to kladie za cieľ táto kniha.

SKÚŠKA HYPOTÉZY UŽITOČNÉHO VÍRUSU

Ako som už spomínal, v rokoch 1985 až 1994 som na univerzite v štáte Connecticute viedol v rámci vysokoškolského štúdia kurz o zážitkoch na prahu smrti. Každý semester sa doň zapísalo 35 až 40 študentov, čo znamená, že za celý ten čas som ich mohol mať asi 500. Počas kurzu som od nich požadoval, aby si viedli podrobný denník, v ktorom mali zaznamenávať svoje reakcie a komentáre týkajúce sa vyučovania, zadanej literatúry a udalostí v ich živote alebo v živote iných ľudí, ktoré nejako súviseli s našou témou. Keď som potom ich poznámky a seminárne práce čítal a s nimi diskutoval, často som mal dôvod domnievať sa, že tento kurz v mnohých prípadoch mal, povedal by som, zrejme celkom osobný a hlboký vplyv na samotných študentov. Zdráhal som sa hodnotiť tieto vplyvy nejakým exaktným spôsobom, aby to nepôsobilo ako nejaké moje prehnané osobné angažovanie do toho, ako študenti reagujú na moje vyučovanie. Práve preto som na začiatku semestra študentov vždy vyzval, aby sa nezdráhali a otvorene mi povedali svoje názory, vrátane krajného skepticizmu. Chcel som od nich, aby uvažovali nad predloženými materiálmi voľne a bez akýchkoľvek predsudkov a tak dospeli k vlastným záverom o zážitkoch na prahu smrti.

Co sa teda v priebehu kurzu dozvedeli? Začal som prehľadom samotného zážitku na prahu smrti a niekoľko hodín som im premietal výpovede ľudí, ktorí ho prežili. Traja z nich nás potom navštívili a podelili sa o svoju skúsenosť priamo so študentmi. Neskôr som študentov rozdelil na menšie skupiny, v ktorých mali diskutovať o tom, čo sa dozvedeli a prvýkrát som to robil vždy po návšteve prvého hosťa. Nakoniec sme všetky informácie zhrnuli a zvážili rôzne interpretačné modely

na vysvetlenie tohto javu. Dotkli sme sa aj takých tém ako sú štúdie o vierohodnosti (niečo podobné som uviedol v druhej kapitole), zážitky na prahu smrti u detí, negatívne zážitky, zážitky samovrahov, porovnávací výskum medzi rôznymi kultúrami a podobne.

V druhej polovici kurzu som im predstavil materiály o príbuzných javoch ako sú vízie na smrteľnej posteli, zážitky mimo tela a zážitky mystické a potom som sa venoval účinkom, ku ktorým dochádza v dôsledku zážitku na prahu smrti. Ku koncu kurzu sme sa stručne zmienili aj o špekulatívnych otázkach, súvisiacich s možnými evolučnými vplyvmi týchto zážitkov. Pozval som ďalších najmenej troch ľudí s priamym zážitkom, s ktorými sme hovorili najmä o následných účinkoch ich zážitku a tiež iných rečníkov, medzi ktorými nechýbali ani výskumníci v tejto oblasti. Niekoľko hodín som venoval aj istým cvičeniam, pri ktorých som študentov žiadal, aby sa z hľadiska životného prehľadu zamysleli nad svojím životom (ako som uviedol v šiestej kapitole). Stretli sme sa 28 krát počas štrnástich týždňov, každé stretnutie trvalo asi 75 minút.

Počas kurzu si mali prečítať knihu Raymonda Moodyho *Life After Life*, moju knihu *Heading toward Omega*, a jednu z kníh Scotta Roga *Life after Death*, v ktorej tento autor rozoberá rôzne parapsychologické javy súvisiace so zážitkom na prahu smrti (tému života po smrti sme sa dotkli len okrajovo a nebola to ústredná téma nášho kurzu). Nakoniec to bola kniha Michaela Talbota *The Holographic Universe*, ktorá poskytla zjednocujúcu teoretickú perspektívu, s pomocou ktorej sa mohli vysvetliť také anomálie, akou je aj zážitok na prahu smrti, v rámci vedeckého prístupu známeho ako „Nová paradigma“.

Akí študenti sa zapisovali do tohto kurzu? Na jeho začiatku som vykonal neformálny prieskum, aby som zistil, čo už asi o týchto zážitkoch vedia a aký majú na ne názor. Celkove títo záujemcovia, takmer vždy študenti predposledného a posledného ročníka, nevedeli o tom veľa a väčšina ich informácií pochádzala zrejme z predpokladaných nespoľahlivých alebo senzácie chtivých zdrojov, akú sú rôzne televízne debaty, bulvárne plátky, články v časopisoch a filmy. Spravidla tak začínali kurz s veľmi plytkými, obyčajne povrchnými vedomosťami o tejto

oblasti. Väčšina z nich však bola tejto téme otvorená a prejavovala záujem dozvedieť sa viac. Vyslovení skeptici alebo priami odporcovia boli pomerne vzácni (ale mal som aj takých), ale na začiatku kurzu dosť veľký počet prejavoval istý skepticizmus alebo inú formu zdržanlivosti.

Môžem povedať, že títo študenti, hoci sa k tomu rozhodli sami a boli všeobecne nadaní, v žiadnom prípade nezačínali ako „úplne presvedčení“ a nevedeli o týchto zážitkoch viac ako ostatní. Na začiatku kurzu by som ich charakterizoval ako skupinu, ktorá sa o danú tému zaujíma, ale má k nej veľa otázok.

Chceme samozrejme vedieť, ako na nich zapôsobil semestrový kurz o zážitkoch na prahu smrti.

Už som spomenul, že som sa nechcel tomuto problému venovať z obáv o objektívnosť môjho skúmania. Celé roky som tak iba sám pre seba pozoroval jasné prejavy mnohých študentov, na ktorých mal tento kurz jednoznačne silný a pozitívny vplyv. Keď som však na jar v roku 1993 uvažoval nad otázkou vplyvu týchto zážitkov a zaoberal sa závermi v Projekte Omega, zrazu mi napadlo, že na konci kurzu rozdám študentom malý dotazník (ktorý som zostavil deň predtým). Nevedeli, že ich čaká akési hodnotenie seba samých a ja som ho ani dopredu neplánoval.

Na poslednú hodinu prišlo 28 študentov. Dotazník pozostával z ôsmich súborov otázok s výberovou odpoveďou. Každá z nich začínala: „Po absolvovaní tohto kurzu...” a končila dvomi otázkami s otvorenou odpoveďou. Podľa písomného pokynu mali študenti odpovedať anonymne a čo najpravdivejšie.

Výsledky tejto štúdie uvádzam v niekoľkých kapitolách tejto knihy a chcem tu len ozrejmiť tie, ktoré sú pre nás práve aktuálne. Ide o postoj študentov k samotným zážitkom a o zmeny v ich hodnotách a svetonázore.

Prvá otázka sa týkala autenticity zážitkov na prahu smrti. Dvadsaťosem z dvadsiatichdeviatich (96 %) študentov sa vyjadrilo, že sú teraz viac presvedčení o ich autenticite a názor jedného sa nezmenil. Ale si uvedomíme, že väčšina z nich bola k týmto zážitkom už od začiatku otvorená, potom je skutočnosť, že takmer u všetkých sa názor na ich hodnovernosť posilnil, ešte pozoruhodnejšia. Zoči-voči predloženým dôkazom dokonca ustupovali aj skeptici.

Pri odpovedi na ďalšiu otázku 17 študentov (61 %) cítilo, že po kurze sú viac duchovne orientovaní, pričom ostatní zmenu nezaregistrovali.

S ohľadom na pochopenie zmyslu života, 19 študentov (68 %) bolo viac presvedčených, že ich život má zmysel, zatiaľ čo ostatní (okrem jedného) svoj názor nezmenili.

Dvadsať študentov (71 %) sa vyjadrilo, že v dôsledku kurzu sa ich predstavy o Bohu zmenili, vrátane 8 študentov (29 %), ktorí konštatovali posilnenie svojej viery. Nikto nezaznamenal, žeby sa jeho viera v Boha oslabila, ale ďalších 8 študentov (29) naznačilo, že ich predstavy o Bohu sa nezmenili.

Hoci je počet prípadov malý, výsledky sa v podstate zhodujú s dojmom, ktorý vo mne študenti vyvolali. Samotná štatistika môže pôsobiť nudne a tak mi dovoľte niektoré odpovede citovať. Sami tak môžete vidieť aká hĺbka zmien sa skrýva pod strohými štatistickými údajmi.

Cítim, že som sa stal duchovnejší a posilnilo to moje presvedčenie, že bohatstvo ani materiálne veci nie sú vôbec dôležité.

Cítim, že to najdôležitejšie, čo som zo štúdia zážitkov na prahu smrti získal, je väčší zmysel pre duchovný rozmer a väčšia viera v Boha.

Menej sa bojím smrti... a som viac duchovne orientovaná.

Vďaka štúdiu týchto zážitkov som pochopil, že láska je hnacou silou ľudstva. Prehodnotil som svoju vieru v Boha, v reinkarnáciu a duchovnosť a moja viera je teraz pevnejšia. Cítim, že som počas tohto kurzu dospel ako osobnosť.

Co som získal počas tohto štúdia: (1) viac súcitu s ostatnými ľuďmi, (2) menej obáv z konca života, (3) väčšiu otvorenosť k ďalšiemu učeniu a chuť učiť sa kým len budem môcť.

Objavil som duchovnosť, ktorá bola vo mne skrytá. Viac teraz vidím, ako pôsobím na druhých a chcem, aby táto duchovnosť vo mne ďalej rástla.

Cítla som sa oslobodená od mnohých negatívnych aspektov života. Získala som určité hlboké sebapoznanie a viac vnímam svoju vlastnú hodnotu. Cítim viac vďačnosti za život a lásku. Mám v sebe menej negatívosti — a menej nepriateľstva voči druhým. Cítim, že tento kurz bol pre môj život mimoriadne užitočný.

Duchovnejší pohľad na seba a na svet. Pochopenie čo je NAOZAJ v živote dôležité a opustenie niektorých materialistických hodnôt, ktoré som uznávala.

Už samotné oboznámenie so zážitkami na prahu smrti bolo zaujímavé a poučné. Cítim, že vďaka tomuto kurzu som teraz otvorenejší a starostlivejší... Získal som pozitívnejší pohľad na smrť a život.

Tento môj malý prieskum sa už zopakoval v dvoch ďalších kurzoch - jeden bol môj vlastný v nasledujúcom semestri a druhý, podobne štruktúrovaný na inej univerzite. Oba dosiahli prakticky rovnaké výsledky. Dokazuje to, že tieto zistenia nezávisia od prítomného inštruktora a môžu sa teda pripísať na vrub výlučne obsahu materiálu, ktorý je na týchto kurzoch predkladaný.

Keď sme takto získali celkový obraz o výsledku týchto štúdií, aký môžeme vyvodiť logický záver v súvislosti s hypotézou užitočného vírusu?

Napriek malej vzorke a náhodnému charakteru týchto prieskumov jedno všeobecné zistenie je celkom nepopierateľné: výroky, pocity a hodnoty týchto študentov sú rovnaké ako u ľudí, ktorí prešli zážitkom na prahu smrti. Tie isté účinky, o ktorých hovoria ľudia po zážitku, objavujú sa u študentov, ktorí sa s nimi iba oboznámili. To všetko podporuje hypotézu užitočného vírusu: zdá sa, akoby sa niektoré pozitívne účinky zážitku na prahu smrti dali preniesť sprostredkovane — prezentáciou relevantnej informácie na osobu, ktorá sa o túto tému zaujíma. Dôsledky takého tvrdenia sú samozrejme ďalekosiahle. Čitatelia tejto knihy tak majú nielen ďalší dôkaz na podporu myšlienky že to, čo sa stalo mojim študentom, sa môže stať aj im, ale že s najväčšou pravdepodobnosťou sa to už aj stalo.

Prv ako sa začneme rozplývať nad schopnosťou zážitku na prahu smrti pôsobiť ako užitočný vírus, musíme sa pozastaviť nad niektorými otázkami. Aj keď prijmeme uvedené výsledky ako hodnoverné, musíme napríklad pripustiť, že zatiaľ nevieme do akej hĺbky tieto zmeny študentov zasiahli a či pretrvávajú tak dlho, ako je to v prípade skutočného zážitku. Mohli by sme položiť viac takýchto interpretačných otázok, na ktoré však môže dať odpoveď iba budúci výskum. Napriek tomu, všetky tieto zistenia, spojené so štúdiami, ktoré som citoval, ponúkajú prijateľný základ na to, aby sme uverili, že zážitok na prahu smrti nevlýva len na tých, ktorí ho prežili, ale aj na tých, ktorí sú pripravení otvoriť sa jeho posolstvu.

ĎALŠIE DÔKAZY NA PODPORU HYPOTÉZY UŽITOČNÉHO VÍRUSU: KONKRÉTNE PRÍBEHY

Kým systematický výskum odpovie na otázky, ktoré som vyššie naznačil, môžeme použiť iné dostupné dôkazy. Mám na mysli množstvo správ, ktoré pochádzajú od výskumníkov zaoberajúcich sa týmto problémom. Veľa relevantných informácií obsahujú listy a iné neoficiálne svedectvá, ako sú rozhovory na konferenciách a niektoré možno odvodiť z rozhovorov s ľuďmi, ktorí zážitok na prahu smrti nikdy nemali. Uvádzam tu len malú vzorku takýchto materiálov, aby som ilustroval, do akej vysokej miery môže niekto pripomínať človeka, ktorý takýto zážitok prežil, len tým, že sa ponorí do príslušnej literatúry. V jedenástej kapitole uvediem ďalšie podobné prípady na podporu tohto predpokladu.

Ako prvý je tu muž James, ktorý mi napísal o tom, ako na neho zapôsobilo dlhoročné čítanie tejto literatúry. Nie je len príkladom účinku užitočného vírusu, ale aj zástancom tejto hypotézy, na ktorú prišiel nezávisle odo mňa.

Neusporiadal som si ani nezorganizoval všetky účinky zážitku na prahu synrti, ale nazdávam sa, že ak ma to (čítanie) ovplyvnilo tak silne, musia byť aj iní podobní mne, na ktorých to zapôsobilo rovnako.

Ďalej potom uvádza zoznam zmien, ktoré počas tých rokov na seba pozoroval:

Zážitok na prahu smrti zredukoval strach pred smrťou, ktorý som predtým mal. Vlastne ho úplne vylúčil. Mám veľmi pozitívny pohľad na smrť a začínam mať oveľa jasnejší obraz o živote po smrti. Tieto zážitky obohatili môj duchovný život tým, že mi pomohli presunúť sa od mystiky k priamejšiemu nazeraniu na svet. Predstavili mi a objasnili mnohé duchovné koncepcie, ktoré som predtým nechápal, ako je reinkarnácia alebo očistný efekt životného prehľadu. Predstavili mi ich ako čosi reálne a nie iba ako niečo v čo dúfame a čo nám predkladajú teologické teórie a mýty. Zážitky na prahu smrti veľmi posilnili moje uvedomenie nadradenosti lásky ako Životnej sily, ako zmyslu a cieľa všetkých našich aktivít a všetkého na svete. Posilnili tiež moju vieru, že to, čo je naozaj duchovné, presahuje všetky viery a obmedzenia náboženstiev (ako zrejme naznačili všetci mystici).

Ďalší podobný príklad takého vplyvu literatúry sa dostal do mojej pozornosti, keď som pred niekoľkými rokmi dostal list od Donalda — penzionovaného profesora jazykov a literatúry. Podobne ako James, aj on istý čas, i keď nie tak dlho, čítal takúto literatúru, čo mu prinieslo, ako povedal, „zásadnú zmenu v živote". V tomto ohľade významne poznamenáva: „Uvedomil som si, že sa tak stotožňujem s týmito ľuďmi, že vlastne na vlastnej koži prežívam veľa z toho, čo oni prežili naozaj." Potom, podobne ako James, uvádza zoznam zmien, cez ktoré v tomto procese prešiel:

1. *Pozoruhodne zmenšený strach zo smrti a spolu s tým zmiznutie všetkého strachu zo života.*

2. *Absolútne pozitívny postoj k životu, k svetu a každému v ňom, spolu s nevídaným oduševnením pre život a výrazný nárast tvorivej aktivity.*

3. *Nefalšovaný a očividne neustály pocit pohody, pozorovateľný i v neočakávaných situáciách.*

4. *Neustála vnútorná túžba vrátiť sa k nejakému druhu učenia druhých a hľadanie spôsobu ako im pomáhať.*

5. *Pred svojim hľadaním som sa charakterizoval ako vyslovený ateista... Hoci môj výskum nezlepšil veľmi môj postoj k organizovanému náboženstvu, som teraz pevne presvedčený, že ľudské vedomie prežíva smrť tela.*

Nakoniec mi dovoľte uviesť časť rozhovoru so švajčiarskou respondentkou Beatrice, ktorá takisto nijaký zážitok nemala. Vďačím zaň mojej kolegyni Evelyn Elsaesser Valarinovej. Tento rozhovor je pre nás zvlášť pozoruhodný, pretože nám pomáha vidieť nielen výsledok ale vidíme v ňom aj to, ako človek, ktorý sa o tieto skúsenosti zaujíma, začína získané poznatky oceňovať a integrovať do svojho života. Evelyn ma ešte upozornila, aby som pamätal na to, že vo Švajčiarsku, kde tento rozhovor prebiehal, nie je fenomén zážitkov na prahu smrti tak všeobecne známy ako v USA. Pokiaľ ide o samotnú respondentku, je to 45-ročná žena s vysokoškolským vzdelaním.

EV: Kedy a ako *ste* sa prvýkrát dozvedeli o zážitkoch na prahu smrti?

B: Bolo to asi pred desiatimi rokmi. Nepamätám si už presne ako to bolo, keď som si prvý raz tento jav uvedomila. Pamätám si iba, že som zbadala nejakú publikáciu, v ktorej bol citát z knihy *Life after Life* od Moodyho. V tom čase nebol tento fenomén v Európe veľmi známy a vo Švajčiarsku ešte menej.

EV: Čo na tomto jave upútalo vašu pozornosť?

B: Bola som vždy človekom, ktorý má veľa otázok a nedá sa ľahko uspokojiť zvyčajnými odpoveďami. Keď som prvýkrát počula o týchto zážitkoch, v skutočnosti som už nejakú dobu hľadala odpovede na otázky existencie. Veľa som čítala — väčšinou vedecké a filozofické knihy. Rozvíjali môj intelekt, rozširovali moje vedomosti a otvorili moju myseľ pre *svet*, ale moje srdce ostalo neuspokojené ako predtým!

EV: Čo sa stalo, keď *ste* si prečítali *Life after Life*?

B: Nechcem, aby to znelo nejakو pompézne, ale bolo to pre mňa čosi ako zjavenie. Nemám na mysli Moodyho komentáre alebo analýzu, ale svedectvá ľudí. Keď som ich čítala, plakala som a vedela som, že hovoria pravdu! Hlboko sa ma to dotklo na inej úrovni ako na intelektuálnej. Slová týchto ľudí šli rov-

no do môjho srdca, do duše, do podstaty môjho bytia - nech už to nazvete akokoľvek. Okamžite som vedela, že je to pravda. Nemalo to nič spoločné s takým druhom poznávania, keď získate nejakú informáciu a poviete si — áno, je to možné, dáva to zmysel, alebo - nie, logicky je to nemožné. Nebol to taký spôsob intelektuálneho poznania, bol to skôr akýsi vnútorný pocit. Mala som dojem, že je to pravda, ktorú som vždy vedela, ale jednoducho som na ňu zabudla. Áno, bolo to zjavenie — úľava.

EV: Co máte na mysli pod tou úľavou?

B: Predstavte si, že kráčate niekde v tme a hľadáte cestu a zrazu vidíte pred sebou svetlo a chodník. Uľaví sa vám!

EV: Jasné, chápem to. Môžete mi teraz povedať koľko toho viete o zážitkoch na prahu smrti?

B: Čítala som o nich knihy a články a videla som niekoľko televíznych programov.

EV: Koľko kníh ste o tom prečítali?

B: Desať alebo pätnásť. Nie som si istá. Nepočítala som ich.

EV: Stretli ste sa niekedy s človekom, ktorý to zažil?

B: Nikdy. Videla som ich len v televízii.

EV: Zažili ste zážitok na prahu smrti alebo iný duchovný či mystický zážitok niekedy sama? Alebo ste zažili stav rozšíreného vedomia?

B: Nie, nikdy.

EV: Ako zmenili zážitky na prahu smrti váš život?

B: Zmenili mi všetko.

EV: Môžete byť konkrétnejšia?

B: Nuž, to čo som sa dozvedela, potvrdilo moju intuíciu a v istom zmysle moje tajné nádeje o prežití vedomia po telesnej smrti.

EV: Verili ste v život po smrti aj predtým?

B: Aby som bola úprimná, chcela som, aby to bola pravda, ale nevedela som, či je to naozaj tak. Vtedy to bola otázka viery... Som ale človek, ktorý sa na všetko pýta a nenechám sa ľahko presvedčiť.

EV: Ak je to tak, prečo potom veríte tým ľuďom?

B: Pretože si nemyslím, že som múdrejšia ako tých trinásť miliónov Američanov (počet ľudí v USA, ktorí prežili tento

zážitok, odhadnutý na základe niekoľkých prieskumov) a kto-vie, koľko takýchto je ešte na celom svete! A okrem toho - čo je pre mňa dôležitejšie — ja jednoducho *cítim*, že je to pravda.

EV: Ako ináč to ešte ovplyvňuje váš život?

B: Posilňuje to moju vieru v prežitie vedomia po smrti a v existenciu a stretnutie s Bohom alebo Svetlom alebo ako to voláte. Vďaka tomu verím, že všetko, čo sa mi stane, hocikaké bolestné, smutné alebo nespravodlivé, všetko to má určitý zmysel — nič sa nedeje iba náhodou.

EV: Ako tieto zážitky zmenili váš každodenný život?

B: Zmenilo to moju posadnutosť z toho, ako rýchlo plynú čas. Úplne som sa jej zbavila. Predtým to bola moja večná starosť. Keď som mala dvadsať, už som si uvedomovala, že je po vrchole mojej mladosti. Pri každých narodeninách mojej dcéry som sa cítila staršia a to ma zarmucovalo. Pozerala som sa na svoju tvár v zrkadle a hľadala som každú novú vrásku. To všetko je už preč. Viem, že v oblasti vedomia čas neexistuje — tak prečo by som mala myslieť na nejaké starnutie a plynutie času?

AKO SA VYROVNAŤ ČLOVEKU SO ZÁŽITKOM NA PRAHU SMRTI BEZ TEJTO PRIAMEJ SKÚSENOSTI

Tieto svedectvá dokazujú, že ľudia, ktorí sú im otvorení, môžu sa z nich nielen poučiť, ale môžu si ich základné pravdy zvnútorniť a prijať za vlastné. V tomto zmysle sa stávajú rovnými tým, ktorí zážitok mali a začínajú vidieť svet cez jeho prizmu. Tak vlastne uskutočňujú predpoklad, ktorý na začiatku tejto kapitoly vyslovil Steve: „To poznanie, ktoré získajú ľudia, keď zomierajú, sa dá získať aj bez umierania. Nemusíte zomrieť, aby ste sa tam dostali.“

Ako teda vidíme, niektorí už urobili to, čo môžete aj vy, ak použijete túto knihu pri zmene svojho života. Ak je hypotéza užitočného vírusu správna, potom je celkom možné, že niektoré tieto zmeny sa už zasiali do vášho vnútra a môžu po istom čase rozkvitnúť. Nie je potrebné na to nič viac a stačí, ak budete čítať túto knihu a uvažovať nad jej obsahom. Toto je

princíp náказы spomínaný v úvode tejto kapitoly, ktorej väčšia časť sa venuje jeho dokazovaniu. Spomenul som však aj druhý princíp, ktorý by sme mohli využiť. Týkal sa zámerného napodobňovania životného postoja ľudí, ktorí tento zážitok prežili a jeho praktizovania vo vlastnom živote. Je načase vrátiť sa teraz k tejto stratégii a naplniť tak poslanie tejto kapitoly a sľub celej knihy: naučiť sa vidieť a konať vo svete tak, ako to robia tí, ktorí sa vrátili z druhého brehu. Vyžaduje to síce isté úsilie z vašej strany, ale vyžaduje to väčšina hodnotných vecí. Tu je jeden návrh ako možno začať.

Najprv si vyhradte istý čas na pokus. Bude trvať aspoň niekoľko hodín, ale možno budete chcieť tomu venovať celý deň. Začnite tým, že sa opäť ponoríte do niektorých príbehov z tejto knihy (alebo inej knihy venovanej týmto zážitkom), ktoré na vás zapôsobili mimoriadnym dojmom a budete nad nimi rozjímať i nad tým, čo vás chcú naučiť. Posedte si v tichu a meditujte nad ich posolstvom, zvlášť pokiaľ hovorí o súcite k sebe a ostatným. Dovoľte týmto myšlienkam a pocitom, aby cez vás voľne prúdili, ako to asi prebieha počas meditácie a nechajte tento proces absorpcie plynúť až do pocitu naplnenia.

Až sa to stane, pokračujte v každodennej činnosti a snažte sa pritom mať čo najviac na mysli čo vás tento zážitok učí o tom, aký máte byť, ako vnímať svet a ako sa správať k druhým. V skutočnosti hráte postavu človeka po zážitku na prahu smrti, ktorú ste si pre tento pokus vybrali a hoci sa vám to môže zdať spočiatku neprirodzené, po určitom čase cvičenia sa budete cítiť celkom prirodzene. A nezabúdajte, že z pokusov, akým bol projekt lásky Charlesa Flynna vieme, že táto technika môže byť veľmi úspešná pri infikovaní takejto novej perspektívy do našej duše. Ak občas z tejto úlohy vypadnete (a určite sa to viackrát stane) opatrne si ju pripomente. Skúste vnímať svet očami plnými súcitu k sebe i ostatným. Pestujte to v sebe až nakoniec tento dar získate natrvalo a budete ho môcť rozdávať ďalej.

Píšte si denník o vašich skúsenostiach s týmto cvičením: aké ste mali pocity, aké poznanie ste počas tohto cvičenia objavili. Opíšte niektoré stretnutia s inými, kedy ste cítili, že konáte podľa toho, čo ste sa naučili a čo ste absorbovali z poučení, kto-

é ste sa vo svojom živote snažili aktualizovať. Pozrite sa na ne vlastnými očami a potom si predstavte, čo by vám o nich povedala svetelná bytosť. Pozorujte a analyzujte svoje chyby, ale nesúďte ich. Učte sa z nich a zaznamenajte si, čo ste sa naučili. Píšte voľne a bez zábran a určite objavíte ďalšie nové veci.

Ak môžete, cvičte to často, dokonca každý deň, aspoň určitú dobu. Možno, že sa nebudete môcť tomu venovať vždy niekoľko hodín, ale nech už to bude hocikjaký dlhý či krátky čas, bohato sa vám odmení. Nakoniec zistíte, že sa stávate tým človekom, o ktorom ste čítali.

Je samozrejmé, že rodina a priatelia si pravdepodobne tieto zmeny všimnú a práve tak ako o tom hovoril váš vzor, ani im sa nebude vždy páčiť čo vidia. Môžu vzniknúť problémy. Život však nie bezproblémový stav! A zmena sa nerodí ľahko pre toho, kto sa ju snaží realizovať vo svojom živote, rovnako ako ani pre ľudí v jeho okolí. Ak ste sa však na túto cestu vnútorne rozhodli, musíte ochotne znášať jej následky a vyrovať sa s tým, čo sa na nej objaví.

Stačí iba, ak sa opýtate niektorého človeka, ktorý prežil blízke stretnutie so smrťou, či to stojí za to, ak sa Svetlo stane vašim sprievodcom a snaží sa vás naučiť, ako máte žiť a ako zomrieť.

Poznámky

- 1 Príkladom je príspevok D. Royseho „The near-death-experience: A survey of clergy's attitudes and knowledge" (Zážitok na prahu smrti: Prehľad postojov a informovanosti cirkvi) *Journal of Pastoral Care*, 1985; Roberta Orne „Nurses'views of NDEs" (Názory zdravotných sestier na zážitok na prahu smrti), *American Journal of Nursing*, 1986; B. A. Walker and R. D. Russel „Assessing psychologists'knowledge and attitudes toward near-death phenomena" (Odhad vedomostí a postojov psychológov k javom na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 1989; E. R. Hayes and L. D. Waters „Interdisciplinary perception of the near-death experience: Implications for professional education and practice" (Interdisciplinárne vnímanie zážitku na prahu smrti: Dôsledky pre odbornú prípravu a prax), 1989; Linda Barnettová „Hospice nurses' knowledge and attitudes toward the near-

death experience" (Vedomosti a postoje zdravotných sestier v hospicoch k zážitku na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 1991; L. J. Bechtel, A. Chen, R. A. Pierce and B. A. Walker „Assessment of clergy knowledge and attitudes toward the near-death experience" (Odhad vedomostí a postojov cirkvi k zážitku na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 1992; L. H. Moore „An assessment of physicians' knowledge of and attitudes toward the near-death experience" (Odhad vedomostí a postojov lekárov k zážitku na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 1994; Allan Kellehear and P. Heaven „Community attitudes towards near-death experiencers: An Australian study" (Postoje spoločnosti k ľuďom so zážitkami na prahu smrti: austrálska štúdia), *Journal of Near-Death Studies*, 1989; a Allan Kellehear, P. Heaven and J. Gao „Community attitudes toward near-death experiences: A Chinese study" (Postoje spoločnosti k zážitkom na prahu smrti: čínska štúdia), *Journal of Near-Death Studies*, 1990.

- 2 Charles Flynn: *After the beyond* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986), stt.7.
- 3 Leo Buscaglia, *Love* (New York: Fawcett, 1982).
- 4 Flynn, citované dielo, str. 7.
- 5 Kenneth Ring: *The Omega Project* (New York: Morrow, 1992).
- 6 Tento štvrtročný vedecký časopis vydáva Human Sciences Press, Inc., ktorého adresa je 233 Spring Street, New York, NY 10013-1578.
- 7 Bruce Greyson: „Near-death experience and personal values" (Zážitok na prahu smrti a osobné hodnoty), *American Journal of Psychiatry*, 140(5), 1983, str. 618-620.

*Dary svetla:
Liečiteľské schopnosti
po zážitku na prahu smrti*

Jeden z prvých filmov, ktorých príbeh je založený na zážitku na prahu smrti, sa volal *Resurrection (Vzkriesenie)* a tešil sa veľkej popularite na začiatku 80. rokov. Elien Burstynová v hlavnej úlohe zobrazila život mladej ženy, ktorá sa po ťažkej automobilovej nehode spojenej so zážitkom na prahu smrti nakoniec stáva mimoriadne nadanou liečiteľkou s takmer zázračnými schopnosťami prinavrátiť zdravie. Keďže som bol s týmto filmom vtedy v akomsi okrajovom kontakte a stretol som sa nakoniec s niektorými jeho tvorcami, ako napríklad scenáristom Lou Carlinom, viem niečo o udalostiach, z ktorých tento film vychádzal. Napríklad, niektoré udalosti zo života protagonistky po tom ako sa stane verejnou liečiteľkou, sú založené na živote veľmi dobre známej americkej liečiteľky Rosalyn Bruyereovej, ktorá pomáhala pri filme ako konzultant. Ako mi však sama Rosalyn povedala, nikdy nemala zážitok na prahu smrti, takže nebola skutočným prototypom aký vo filme vystupoval. Lou Carlino mi vysvetlil, že jednoducho nemal takého človeka, ktorý by mu slúžil ako model a vo svojom príbehu skombinoval to, čo sa od ľudí dozvedel a o čom sa dočítal.

Bol to samozrejme film, ktorý vychrlila hollywoodska továreň snov a môžete ho považovať za istý druh zábavy, ktorý sa voľne zahráva s výsledkami výskumu o zážitkoch na prahu smrti. Pri takomto pohľade sa však môžete aj myliť, pretože údaje z výskumov potvrdzujú predpoklad Carlina: Zdá sa, že významné množstvo ľudí po takomto zážitku objavuje v sebe istý druh liečiteľských schopností. Ak je to tak, potom sa nám

oplatí preskúmať, či by sme mohli z týchto zvláštnych následkov získať niečo pre naše životy. Ak by sme dokázali pochopiť, čo je základom týchto schopností, možno by sme sa naučili ako sa k nim dostať a využiť ich pre seba i druhých.

Musíme sa však najskôr pozrieť na to, či zážitok na prahu smrti naozaj prebúdza schopnosti liečenia a ako k tomu dochádza. Pozrime sa najprv na niektoré špeciálne štúdie, aby sme videli, aký silný je vzťah medzi zážitkom na prahu smrti a liečením. Jedným z prvých bádateľov v tomto smere bola Angličanka Margot Greyová, ktoré uviedla výsledky svojho výskumu v roku 1984 v knihe *Return from Death*. V kapitole „Prejavy liečenia“ píše:

Existuje ešte ďalší pozoruhodný prejav, ktorý je zrejme spontánne aktivovaný zážitkom na prahu smrti a je to dar liečenia. Podobne ako schopnosť jasnovidectva, zdá sa, že aj túto schopnosť dostáva človek (v mnohých prípadoch) ako priamy dôsledok svojho blízkeho kontaktu so smrťou.¹

Americká bádatelka P. M. H. Atwaterová počas dvadsiatich rokov hovorila s vyše 3000 ľuďmi s týmto zážitkom a i keď nepodáva presné číslo, v poslednej knihe konštatuje, že viac ako 50 percent jej respondentov po zážitku zisťuje, že má „uzdravujúce ruky“². Aj ďalšie výskumy potvrdzujú závery pani Atwaterovej. Vo vlastnej štúdii som nedávno zistil, že 42 percent ľudí po zážitku zisťuje zvýšené schopnosti liečenia v porovnaní s iba 11 percentami v kontrolnej skupine a vyše štvornásobne viac (47 percent) týchto ľudí v porovnaní s kontrolnou skupinou spomenulo prítomnosť buď nejakých zvláštnych energetických výbojov v rukách alebo syndróm „horúcich rúk“³. Ešte výraznejšie výsledky dosiahla austrálska sociologička Cherie Sutherlandová. V jej vzorke respondentov, ktorí prežili zážitok na prahu smrti, iba osem percent hovorilo o určitých schopnostiach liečiť pred zážitkom, po ňom však tento počet dosiahol 65 percent. Na základe všetkých týchto výsledkov môžeme teda konštatovať, že zážitok na prahu smrti má tendenciu prebudiť to, čo drieme v nás všetkých - schopnosť pôsobiť liečivou energiou na druhých.

Počas rokov môjho výskumu som sa aj sám stretol s ľuďmi, ktorí objavili, niekedy náhodou, že po zážitku získali istú schopnosť liečenia či diagnostikovania, pričom cítili potrebu využiť ju v službe iným. Jedna z mojich dobrých priateľiek, Barbara Harris Whitfieldová, ktorá napísala jednu z prvých populárnych autobiografických kníh o svojom zážitku a živote po ňom⁴, môže slúžiť ako dobrý príklad. Barbara (čítali ste o nej v súvislosti s jej životným prehľadom na str. 225—227) mala svoj zážitok v roku 1975 v súvislosti s operáciou chrbtice. Keď sa zotavila, všimla si, že cez ňu prúdi akási „liečivá energia“. A celkom určite mala syndróm „horúcich rúk“. Keď raz sedela v aute vedľa manžela, ktorý ho riadil, nechtiac sa dotkla rukou jeho stehna (mal na sebe krátke nohavice). Intenzita tepla z jej ruky bola taká veľká, že vykrikol od bolesti. Vo svojej snahe pomáhať iným sa stala terapeutkou a pracovala s rôznymi dýchacími metódami. Cítila potrebu „položiť svoje ruky na ľudí“ a tak prešla na terapiu masážou. Vysvetlila mi, že sa snažila nájsť legitímny prostriedok ako by sa mohla dotýkať ľudí, a tak im odovzdávať uzdravujúcu energiu, ktorú v sebe cítila. Vo svojej knihe opisuje rôzne liečiteľské praktiky, ktorými pomáha pri chorobách a iných ťažkostiach. Môžem osobne potvrdiť, že jej ruky naozaj majú liečivú moc.

Nielen ruky, ale celá jej osobnosť, ako som sám mohol neraz pozorovať, vyžaruje túto energiu. Napríklad, keď prišla na univerzitu, mnohí moji študenti sa po jej prejave okolo nej zhromaždili a potom mi hovorili o jej energii, ktorú priam hmatateľne na sebe cítili. Barbara pokračuje aj dnes v rámci programu liečenia, v ktorom spojila sily so svojím druhým manželom, vynikajúcim autorom a lekárom Charlesom Whitfieldom.

Ďalšia žena, ktorú poznám už od začiatku mojej práce v tejto oblasti, je Helen Nelsonová. Aj ona prešla podobným vývinom po svojom zážitku v dôsledku zastavenia srdcovej činnosti v polovici 70. rokov. Helen dokáže priamo vnímať energetické pole okolo človeka ako aj energetické uzly v jeho tele, známe v ezoterických tradíciách ako *čakry*. Jej práca pozostáva z intuitívnych diagnostických vyhodnotení energetického poľa človeka, pričom sa snaží o vyčistenie energetických blokov

a obnovenie rovnováhy v systéme ako celku. Nestretávame sa teraz už tak často, ale podľa telefonických rozhovorov z jej listov usudzujem, že dosahuje pozoruhodné výsledky, zvlášť s pacientmi chorými na rakovinu. Naposledy som sa dozvedel, že niekoľko lekárov prejavilo o jej schopnosti záujem a že sa pripravuje kniha a jej živote a práci, ktorú začala vykonávať po svojom zážitku na prahu smrti.

Ešte jedna žena (budem ju volať Stella) podobne ako Barbara a Helen, rozvinula v sebe nepopierateľné schopnosti liečiť a svojím prejavom pôsobí rovnakou charizmou. Zoznámil som sa s ňou na konci 80. rokov, keď mi napísala o svojej práci s nevyliciteľne chorými pacientmi, zvlášť umierajúcimi na aids:

Môj stíciť s týmito pacientmi vytvoril nový „dar“. Naučila som sa ako môžem v tele spozorovať narušené energetické miesta. (Cítim teplo, keď rukami nad nimi prechádzam). Potom sa sústredím a cez ruky vyšlem energiu, aby som túto ich narušenú energiu upravila. Pacienti hovoria, že cítia úľavu počas niekoľkých hodín. Viem, že prenášam nejaký druh energie a jej množstvo je priamo úmerné intenzite, súcitu, ktorý cítim.

Bohužiaľ, zatiaľ neexistuje žiadna rigorózna a systematická štúdia takto nadobudnutých schopností a musíme sa spoliehať iba na svedectvá zainteresovaných jednotlivcov. V rôznych knihách môžete nájsť veľa príbehov ľudí o ich kontakte so smrťou a ich následnej schopnosti liečiť či pomáhať pri bolesti iným, ako to bolo v prípade Stelly. Množstvo týchto výpovedí ako aj štatistika, ktorú som uviedol, pôsobia dosť presvedčivo, podobne ako mnohé jednotlivé prípady, takže je ťažké považovať všetky tieto následné účinky za nejaký podvod. Naopak, i napriek absencii exaktného výskumu sa zdá pravdepodobné, že medzi ľuďmi, ktorí prekonalí zážitok na prahu smrti sú mnohí obdarovaní schopnosťou uzdravovania. Musíme však priznať, že s úplnou istotou to ešte nevieme.

Neznamená to však, žeby sme nemali isté pomerne významné signály z iných výskumov, ktoré nám nepriamo dosvedčujú spojenie medzi zážitkom na prahu smrti a schopnosťami liečenia. Niektoré nezávislé štúdie (ako som naznačil už v piatej ka-

pitole) zistili zvýšenú elektrickú citlivosť ako jeden z následkov zážitku⁵. Títo ľudia často hovoria o výskyte elektrických alebo elektronických anomálií v ich prítomnosti: prestávajú fungovať digitálne náramkové hodinky, zlyhávajú počítače alebo elektrické systémy v aute, kazetové nahrávače nahrávajú prázdnu pásku a tak ďalej.

Už dávno predtým som si však všimol tieto anomálie v spojení s tromi osobami, ktoré som vyššie uviedol — s Barbarou, Helen a Stellou. Každá z nich mi s istým humorom a rozpakmi hovorila o rôznych takýchto príhodách, ktoré som vtedy len zaregistroval a nemohol ich vysvetliť. Ale nasledujúca udalosť, ktorej svedkom som bol nielen ja ukázala, že tieto javy sú časté a ďalší výskum jasne naznačuje, že faktory zodpovedné za tento jav môžu byť úzko spojené s prebúdajúcou sa schopnosťou ľudí po stretnutí so smrťou.

Podťe so mnou na jeden z mojich seminárov o zážitkoch na prahu smrti. Je tu Stella ako jedna z tých osôb, ktoré som pozýval, aby sa podelila o zážitok so mnou a mojimi študentmi. Pozvaného hosťa v jeho rozprávaní nijako neobmedzujem, keď hovorí o následkoch, ktoré sa u neho prejavili. V istej chvíli začala Stella opisovať svoju príhodu. Stalo sa jej toto: Bola spolu s manželom na dovolenke na Floride. Raz večer sa prechádzali po obľúbenom mestečku a ocitli sa na ulici osvetlenej radom pouličných svetiel. Ako tak kráčali, všimli si, že každá lampa, okolo ktorej prešli, zhasla. Jej manžel bol technik a pozoroval iné anomálie okolo manželky od jej zážitku. Požiadal ju teraz, aby šla pred ním a videl, ako všetky žiarovky, okolo ktorých prešla, zasa zhasínali.

O niekoľko rokov neskôr, na ďalšej dovolenke, sa ocitli v tom istom mestečku a Stella povedala manželovi: „Pamätáš sa ako zhasínali tie svetlá, keď sme tu boli predtým?”

„Ámo, samozrejme, celkom isto si to pamätám.”

„Poďme tam zasa.”

Manžel v tej chvíli zaváhal, ale Stella trvala na svojom a tak sa pustili hore tou ulicou. „A verte tomu alebo nie,” pokračovala, „svetlá zasa začali zhasínať”.

Práve, keď to povedala, svetlá v miestnosti nad nami zablikali a potom úplne vypadli! Práve v tej chvíli.

A potom sa rozsvietili.

Stella stíchla. Chichotanie a pochybnosti zo strany mojich študentov i odo mňa. Každý si všimol, čo sa stalo a kedy sa to stalo. Zhasnuté svetlá udivujúco zdôraznili či potvrdili tento príbeh tým, že jeho rozprávanie prerušili.

Spôsobila Stella, že svetlá začali blikať a zhasli? Bol to iba nejaký krátkodobý výpadok dodávky elektrického prúdu? Bola to iba nejaká bezvýznamná zhoda náhod? Zahrával sa s nami veľký Čarodejník?

Neviem, čo to bolo, ale viem, že vtedy to upútalo pozornosť všetkých a zapôsobilo to tajuplným dojmom. Ten sa vás niekedy zmocní napriek racionálnym vysvetleniam, ktoré vám začne do ucha šepkať váš intelekt.

V každom prípade je odvtedy čoraz zrejmejšie, mne i iným pracovníkom v tejto oblasti, že ťažko môže byť iba vecou náhody, aby všetci traja liečitelia, ktorých som vám tu predstavil, mali takú výraznú elektrickú citlivosť. Všetci navyše vyžarujú akúsi vibrujúcu energiu a majú charizmatické osobnosti. Dalo by sa povedať, že vyžarujú z nich iskry a možno to nemusí znieť iba obrazne. Možno sa títo ľudia vracajú zo stretnutia so Svetlom ovplyvnení jeho energiou a možno to Svetlo nie je len niečo čo možno vidieť a cítiť. Môže to byť niečo ako blesk.

SVETLO A LIEČIVÁ SILA

Po tom všetkom, čo už o Svetle vieme, môžeme sa naň pozrieť novými očami. Vieme už, že toto krásne, žiarivé a všetko prenikajúce Svetlo je samotným jadrom zážitku na prahu smrti. Odhliadnime na chvíľu od týchto básnických metafor a spýtajme sa, čo je to svetlo vo svojej podstate?

Samozrejme, že nejde len o metaforu. Svetlo je vo svojej podstate elektromagnetickým javom. Títo ľudia často hovoria o tom, že boli „ponorení vo Svetle“, alebo „Svetlo ich pohltilo“, alebo dokonca „dostali správu od Svetla“. My, ľudia, sme svojou podstatou tiež „elektrické bytosti“ v tom zmysle, že v nás i okolo nás sa nachádza energia elektromagnetického poľa. Je celkom prijateľné predpokladať, že počas zážitku na pra-

hu smrti je človek vystavený pôsobeniu svetelného poľa, v dôsledku čoho pretrvávajú zmeny jeho vlastného elektrického poľa i po návrate do života. Keďže je dnes už možné merať elektrické polia v laboratóriách a v medicíne sa rozvinuli smery, ktoré pri liečbe využívajú pôsobenie rôznych energií a vibrácií, bolo by zaujímavé zmerať u týchto ľudí, či ich elektrické polia majú nejaké špeciálne vlastnosti. Ak sú moje špekulácie správne, malo by mať elektromagnetické pole týchto liečiteľov vlastnosti, ktorými by sa líšilo od ostatných ľudí.

Zatiaľ čo táto hypotéza nie je potvrdená, podporujú ju niektoré empirické fakty, ktoré som spomenul v piatej kapitole. Čítali ste v nej o výrazných fyziologických a neurologických zmenách (včítane hyperestézie a elektrickej citlivosti), ktoré spolu naznačujú, že sa po zážitku čosi podstatné v človeku na psychickej úrovni akoby „previnulo“ a chýba už len malý logický krok k predpokladu, že tu ide aj o isté energetické posuny, ktoré môžu byť základom schopností liečenia.

Podľa mojej mienky je to *Svetlo, ktoré lieči a ľudia, ktorí boli vystavení jeho priamemu pôsobeniu sú potom schopní ďalej odovzdávať jeho liečivú silu*. V tomto zmysle by sme mohli týchto ľudí považovať za akési malé „svetelné bytosti“, ktoré pokračujú v prenášaní časti energie získanej od Svetla.

Táto koncepcia úlohy Svetla v zážitku na prahu smrti nás privádza k jednoznačnému dôsledku. Ak je toto Svetlo naozaj prvotným liečivým zdrojom v živote, mali by existovať prípady, kedy ono samo spôsobilo nevysvetliteľné vyliečenia z nevyliečiteľných chorôb. A takéto prípady by sa mali vyskytovať aj medzi našimi respondentmi. Ako uvidíme, naozaj sú.

S touto otázkou sa zaoberali aj iní autori. Napríklad, anglická autorka Margot Greyová poukázala už v roku 1985 na to, že „respondenti obyčajne tvrdia, že bol to ich sprievodca alebo svetelná bytosť, ktorá ich vtedy vyliečila“. ⁶ Skoda, že som sa na to nezameral viac pri svojich výskumoch, ale určite som podobné výpovede počul aj z úst mojich respondentov. Typické boli pre nich slová: „Som zázrak medicíny. Nemal som vôbec prežiť. Môj lekár mi nedával najmenšiu šancu a moje zotavenie ho udivilo. Viem ale, že som sa vyliečil, keď som bol vo Svetle.“ Pred niekoľkými rokmi sa tejto téme venoval psychológ

Paul Roud z Massachusetts, keď skúmal a zdokumentoval množstvo takýchto prípadov, včítane ľudí po zážitku na prahu smrti a v provokatívne nazvanej knihe *Making Miracles*⁷ dospel k podobným záverom. Na ilustráciu tu môžem uviesť niekoľko svojich alebo spostredkovaných príkladov.

O jeden celkom pozoruhodný prípad sa so mnou podelil emeritný profesor náboženských štúdií zo štátnej univerzity v Kansase, Howard Mickel, ktorý ho veľmi dôkladne vyšetroval a môže doložiť jeho hodnovernosť. Išlo o pacienta menom Ralph Duncan, ktorý v polovici 70. rokov umieral na leukémiu. Lekári mu oznámili, že má už len málo času a tak sa pripravoval na smrť. Počas hospitalizácie však prežil zážitok na prahu smrti a vtedy stretol žiarivú bytosť. Považoval ju za Ježiša (podľa jeho slov nepodobal sa vôbec na našu tradičnú predstavu o ňom) a z jeho očí „vystreľoval oheň“. Došlo k telepatickej komunikácii vo forme troch krátkych viet, v zmysle: „To už stačilo, je to mŕtve, je to preč.“ Tieto slová mu zneli v ušiach ešte aj po návrate do tela.

Bol potom z toho všetkého zmätený a rozmýšľal nad záhadou významu slov „to už stačilo.“ Ale pokračuje: „Viem, čo mal na mysli, keď povedal: 'je to mŕtve'. Znamenalo to pre mňa, že zárodky sú mŕtve. Že už nemám leukémiu.“⁸ Pre mňa však tieto tri *vetý* významne zapadajú do kontextu jeho vyliečenia. Keď napríklad táto bytosť s očami plnými plameňa hovorí: „To už stačilo,“ znamená to v skutočnosti: „Nabil som ťa dostatočným napätím, aby som ťa vyliečil.“ A potom povie: „Je to mŕtve, je to preč.“

Keď som o tomto prípade počul v roku 1989 poslednýkrát, Ralph bol plný sily a žil blízko Bolderu v Colorade.

Podobný prípad opísala Margot Greyová. Päť dní po operácii žalúdka nastali u pacienta komplikácie a manželke oznámili, že manžel zomiera. Tento mal v tom čase zážitok na prahu smrti a počas neho videl

bytosť odetú vo farebnom plášti neopísateľne krásnych farieb a tú najintenzívnejšiu žiaru. Bytosť stála napravo od mojej hlavy, na tele som zľahka zacítil dve ruky, začali sa hýbať pomaly dolu až k chodidlám a naspäť hore po ľavej strane, pri hlave zastali

a potom zmizli. Nespomenul som si na to až do nasledujúceho dňa. Odvtedy som sa však začal veľmi rýchle zotavovať a čoskoro som bol zasa pri svojej rodine.⁹

Aj v tomto prípade je zrejmé, že ide o vyliečenie v rámci všeobecného kontextu scény naplnenej Svetlom.

Medzi tieto prípady patrí aj môj priateľ Steve, o ktorom som písal v prvej kapitole a ktorého zdravotný stav sa po dýchacích ťažkostiach počas operácie stabilizoval po nadprirodzenom zásahu ženskej svetelnej bytosti. Aj Steve, podobne ako Duncan, hovoril o prenikavých modrých očiach, ktoré svietili akoby bol v nich oheň. Zatiaľ čo vnímal, ako do neho prúdi energia vyžarujúca z nej, telepaticky pochopil aj jej myšlienku:

„Dýchaš nepravidelne. Je tu istá obava, žeby sa tvoje dýchanie mohlo zastaviť. Som tu, aby som to stabilizovala a aby sa tento problém ďalej nekomplikoval. Si veľmi vzácny a nikto nechce vystavovať tvoj život riziku.“

Steve mi porozprával ešte dramatickejší prípad diabetickej mexickej ženy, ktorá nehovorí po anglicky (Steve hovorí španielsky plynulo) a ako mi tvrdil, pred svojím zážitkom nemala o nich žiadne vedomosti. Tu je jej príbeh.

Ešte pred zážitkom stratila zrak. Cukrovka jej zničila sietnicu a choré srdce nevládalo zásobovať krvou mozog, takže nemohla ani rozprávať. Keď ju pripravovali na operáciu, bola vo veľmi záložnom stave. Otvorená operácia srdca diabetickej ženy vo veku 67 rokov je plná rizík. Lekári vyšli von, aby sa poradili o stratégii. Zatiaľ, kým sa radili, videla ako sa otvorila stena a vystúpilo z nej žiarivé svetlo. Vedľa nej sa postavil muž s bradou, odetý v bielom. Celý bol z bieleho svetla.

„Ešte nie si pripravená nasledovať ma... nie si ešte hotová. Vráťtim ti tvoj zrak. Potrebuješ ho, aby si mohla dokončiť svoj život. A dám do poriadku tvoju srdcovú chlopňu, aby si mohla zasa hovoriť. Máš ešte niečo v živote spraviť. Tvoje vnúcatá potrebujú, aby si ich učila.“

Položil jej ruku na hrud' a zrak sa jej vrátil. (Neskôr) sedela na

invalidnom vozíku, vznesene pokojná, plná dôvery a na tvári mala úsmev. Nohy už nemala, ale jej oči boli jasné a žiarilo z nej tiché šťastie.

Kardiológ jej neskôr povedal: „Stalo sa niečo, čo zmenilo váš život. Nemáme pre to vysvetlenie. Osobne to pripisujem Božej vôli. Môžete ísť teraz domov. Nerobili sme s vami nič.“¹¹⁰

Steve ukončil túto časť listu slovami: „Píšem vám o tom preto, aby ste mali predstavu o tej obrovskej, nepredstaviteľnej sile, ktorú majú niektoré tieto svetelné bytosti.“

A nakoniec, mám aj niekoľko vlastných prípadov, ktoré tu môžem spomenúť. Jeden z nich sa týka Stehy, ktorá mala v čase zážitku diagnózu nevyliciteľnej rakoviny a podľa jej názoru ju vyliečilo stretnutie so svetlom. V každom prípade, až dodnes sa cíti zdravá.

Ďalší príklad sa týka zážitku Kathy Haywardovej, ktorú som stretol iba raz vo Washingtone, D. C. v polovici 80. rokov, ale videl som ju predtým veľakrát, pretože účinkovala vo filme o zážitkoch na prahu smrti a ten som premietal v kurzoch každého semester. Kedysi na začiatku 70. rokov umierala Kathy na Hodgkinsonovu chorobu, ktorá sa vtedy liečila oveľa ťažšie ako dnes. Po príchode do nemocnice sa zrútila a jej koniec sa očakával ešte tej noci.. A naozaj zomrela (na monitore sa objavila rovná čiara a ona ju videla z miesta mimo svojho tela) a zažila svoj zážitok. Stretla v ňom svetelnú bytosť a keď bola obklopená Svetlom, cítila ako ňou prenikajú liečivé energie. Potom ju bytosť poslala späť. Priamym výsledkom jej zážitku bolo, že bola úplne vyliečená. Keď som konečne, po mnohonásobnej projekcii filmu stretol Kathy osobne, nevyzerala iba zdravá, ale priam žiarila.

ĎALŠIE DARY SVETLA: UZDRAVENIE ZO ZÚFALSTVA

Naše rozprávanie o uzdravujúcej sile Svetla by mohlo ľahko vyvolať dojem, že jeho pôsobenie sa obmedzuje iba na liečenie telesných chorôb. Bol by to však chybný názor, lebo Svetlo lieči aj

v duchovnom zmysle. Inými slovami, nenapráva iba telá, ale *opravuje aj životy*. Je to zvlášť zrejmé v prípade tých, ktorí mali veľmi ťažké osudy a v čase zážitku boli často na konci svojich síl. Vidieť na nich celkom odlišný aspekt svetelnej energie, ktorá vracia ich životu zmysel. Zatiaľ čo v prípade telesného uzdravenia pôsobí Svetlo v úlohe majstra lekára, teraz je to skôr úloha majstra terapeuta. V tejto úlohe nielen ukazuje na cestu von z prehlbujúcich sa tieňov zmárneného života, ale poskytuje takú útechu a lásku, že cítime ako nám z pliec padá ťarcha života a znovu sa tešíme z čistej blaženosti, ktorú veľký indický svätec Ramana Mahariši nazval našou pravou podstatou - šťastím samotným.

Aby ste mohli oceniť tento druh požehnania, ktoré dáva Svetlo nešťastným jedincom, prečítajte si, čo mi o tom napísala moja austrálska priateľka Andrea. Počas zotavovania z ťažkej operácie zažila v nemocnici svoj zážitok na prahu smrti. V jednej chvíli sa ocitla v tuneli a hovorí:

Keď som bola v tuneli, po dotyku Svetla som zažila absolútnu zmenu. Až do toho momentu som mala za sebou veľmi dlhú, ťažkú a niekedy trpkú cestu. Bola som citovo celkom vyčerpaná a vydesená zo všetkých problémov, ktoré som musela prekonávať.

Keď ma zaplavila tá bezvýhradná láska a prešla mnou, každý atóm mojej duše sa v tom Svetle kúpал a menil. V okamžiku zmizli všetky moje jazvy a zlé spomienky. Nezáležalo na ničom okrem tej lásky, ktorá ku mne prúdila. V tej chvíli sa mi všetko zlé, čo sa mi prihodilo, zdalo nereálne. To všetko boli iba skúsenosti, na ktorých som sa učila a cítila som, ako odlietajú a s nimi všetka bolesť; ostal iba tento jeden zázračný, bezčasový moment, v ktorom som bola bezpodmienečne prijímaná taká aká som bola a skade som prišla.

Neskôr som si uvedomila, aké transformujúce bolo toto stretnutie a pochopila som vetu z Biblie, ktorá hovorí o „znovuzrození v duchu“, ako kebyju povedal ten zdroj „Večného Svetla“. Cítila som sa ako znovuzrozená a svet bol zrazu nádherné miesto, do ktorého som sa mala vrátiť.

Počas môjho výskumu týchto zážitkov na mňa často silne zapôsobil takmer prozreteľný spôsob, akým Svetlo zasiahlo do ži-

vota človeka vo chvíli, keď sa už rozhodol ukončiť tento svoj život, či dokonca keď už podnikol v tomto smere isté kroky, ktoré však neboli ešte nenapraviteľné. V takýchto prípadoch môžeme ešte lepšie vidieť Svetlo v úlohe veľkého Terapeuta, ktorý privádza jedinca späť na cestu života.

Jeden z prvých takýchto prípadov som náhodou objavil na začiatku svojho výskumu v roku 1977. Angela bola mojou študentkou na univerzite a niekoľko rokov pred našim zoznámením mala silné samovražedné sklony. Ako mi povedala, bola v tom čase v chronickej depresii z viacerých dôvodov: bola tučná, závislá od drog a alkoholu, jej známk y v škole boli na dolnej hranici; ako dieťa ju doma týrali a stále mala s rodičmi veľmi zlé vzťahy. Bola jednoducho „na dne“ a nevidela v ďalšom živote nijaký zmysel. Už predtým predstierala niekoľkokrát pokus o samovraždu, ale nikdy to nemyslela celkom vážne. Až raz, na konci jesene, keď sa blížili záverečné semestrálne skúšky a na dvere už klopala zima, jej duševné rozpoloženie klesalo ešte hlbšie ako jej známk y v škole.

Pracovala vtedy v školskej ošetrovni a postupne si schovávala v izbe medzi zásoby alkoholu nejaké lieky. Jedného dňa, keď bola sama, zhltna všetko, čo mohla a čakala na koniec. Z nejakého zvláštného dôvodu, predtým ako by ju boli lieky úplne ochromili, rozhodla sa vyjsť von a „pozrieť sa poslednýkrát do okola“. Prozreteľnosť chcela, aby práve vtedy k nej zamieril jeden z jej priateľov. Keď počul jej nejasný prejav a videl to divné správanie, okamžite pochopil o čo asi ide a zavolał sanitku, ktorá ju rýchle odviezla do nemocnice. Pamätá si ešte ako „mlátila“ ošetrovateľa a potom upadla do bezvedomia — a vstúpila do Svetla.

Keď bola vo Svetle, počula v mysli tieto slová: „Nikdy viac sa už nepokúsiš o samovraždu a budeš v poriadku.“ Povedala mi, že už v tej chvíli mala pocit, že je v poriadku. Musela ale prejsť cez všetky formality, aby ju uznali za zdravú, ale trvala na tom, že sa *cítila* zdravá už vo chvíli, keď počula tie slová a zažila lásku, ktorá k nej prúdila zo Svetla.

Jej zotavenie však nebolo okamžité a trvalo to istú dobu. Veľmi rýchlo sa však zbavila drog a vstúpila do spoločnosti anonymných alkoholikov (Alcoholics Anonymous) a prestala aj

piť. V ďalšej činnosti podala pomocnú ruku mnohým ľuďom so samovražednými sklonsmi a hovorila im o svojom zážitku a vyliečení. Bola stále tučná, ale už to nebol pre ňu taký problém ako predtým, pretože už vedela, že „nebola totožná so svojím telom“. „No dobre, tak som tučná,“ smiala sa. „Je tam to ho! To predsa nie je to, čo som ja!“

Nakoniec Angela úspešne dokončila školu a začala pracovať v Americkom Červenom kríži. Vydala sa a keď som o nej počul poslednýkrát (boli sme veľa rokov v kontakte), plánovala, že pôjde študovať na školu pre ošetrovateľov. Počas mnohých rozhovorov a vystúpeniach pre mojich študentov veľmi zdôrazňovala, že Svetlo ju vtedy okamžite uzdravilo a jej terajšou úlohou je odovzdať iným to, čo sama dostala, keď bola tak blízko smrti. Môžem potvrdiť, že svoje poslanie plnila s veľkou dávkou humoru, čarovným úsmevom a prekypujúcou láskou.

Treba si uvedomiť, že liečivý balzam Svetla nie je dostupný iba umierajúcim, ale každému, kto sa ocitne v hlboknej duševnej kríze alebo na samom pokraji pokusu o samovraždu. V priebehu mnohých rokov som počul o mnohých ľuďoch, ktorí neboli fyzicky na prahu smrti a predsa zažili podobný zážitok. Vlastnosťami a účinkami sa nelíšil od zážitku spôsobeného skutočným ohrozením života. Zdá sa teda, že Svetlo prichádza k tým, ktorí ho potrebujú, *bez ohľadu* na fyzický stav človeka. Rozhodujúce je duševné rozpoloženie, ktoré vytvára podmienky pre príchod spasiteľného svetla do vlastného života.

Aby som ilustroval spôsob, akým Svetlo môže prísť k tým, ktorí sú zbavení všetkej nádeje, uvediem tri takéto prípady spomedzi mnohých ostatných, s ktorými som sa za posledných dvadsať rokov stretol.

Najprv niekoľko úryvkov z listu, ktorý som dostal v roku 1985:

Môj zážitok som mala v čase, keď som chcela zomrieť. Mala som veľmi nešťastné manželstvo. Manžel bol väčšinou bez práce, bral drogy a dostával záchvaty zúrivosti. Živila som rodinu príležitostnými prácami a snažila sa starať o našu trojročnú dcérku. Ten stres a napätie okolo mňa boli neznesiteľné. Chcela som zomrieť, ale predstavu samovraždy som kvôli dcérke odmietala. Raz večer som však bola taká zničená, že som sa azda vlastnou

vôľou donútila zomrieť. Sedela som v tme na gauči. Nemohla som zaspať, tak som jednoducho vstala a sedela tam sama. Asi som upadla do iného stavu vedomia, pretože zrazu som bola v prítomnosti Svetla, ktoré bolo nádherné, vyžarovalo dokonalú lásku, harmóniu, čistú blaženosť — tieto slová ani len nenaznačujú, čo som prežívala. V tomto našom rozmere neexistuje nič, čo by sa aspoň trochu dalo s tým porovnať.

Keď som sa vykúpala v tejto čistej radosti, veľmi jemný hlas mi povedal, že sa musím vrátiť. To ma strašne vyľakalo a prosila som ho, aby ma neposielal späť. Opäť som sa dozvedela, že musím; a potom som sa cez čelo vrátila do tela. Keď som sa z toho spamätala, plakala som a bola zúfalá, že som zasa tu.

V ďalšom období som zažila veľa zmien a ťažkostí. Asi rok ma trápili prudké bolesti hlavy. Začala som túžiť po poznaní. Veľmi dôležitým bolo pre mňa nájsť pravdu o nasej existencii a stala som sa veľmi duchovnou osobou. V myšlienkach som stále hľadala zmysel môjho bytia tu na zemi. Moje manželstvo sa rozpadlo. Dva roky som sa liečila a to tiež urýchlilo môj osobný rast a uvedomovanie.

Ten proces sa ešte neskončil. Stále ešte hľadám, učim sa, rastiem. Život je pre mňa vzrušujúci a väčšinou aj radostný. Veľmi mi pomohlo poznanie, že iní sú na tom podobne ako ja. Cítim ako sa všetko vo vesmíre zrýchľuje a ako sa pravda šíri veľkou rýchlosťou.

Ďalší prípad, o ktorom mám oveľa viac informácií, sa opiera o stretnutie s jednou účastníčkou na konferencii vo Washingtone, D. C., kde som mal prednášku o vzťahu medzi zážitkami na prahu smrti a týraním detí. Od nášho stretnutia sme v kontakte a môžem povedať, že ju poznám veľmi dobre. Myslím si preto, že sa môžem zaručiť za pravdivosť jej príbehu a viem o nej, že od udalostí, o ktorých mi rozprávala, žije teraz stále akoby vo Svetle životom plným požehnaní, vrátane šťastného manželstva.

Keďže spôsob, ako sme sa zoznámili súvisí s jej príbehom, stručne ho spomeniem. Na sobotnom večernom bankete na konferencii, kde mal mať hlavné slovo Raymond Moody, ma požiadali, aby som vzal na seba úlohu akéhosi konferenciera. Na konci večera sa okolo predsedníckeho stola zhromaždilo veľa ľudí a každý chcel hovoriť s niektorým z rečníkov. Snažili

sme sa všetkým vyhovieť, ale nedostatok času a iné okolnosti nám v tom zabránili. Jedna žena sa domáhala, aby mohla so mnou prehovoriť. Všimol som si ju a vyjadril som jej poľutovanie nad tým, že dnes už nemám jednoducho čas a ospravedlnil som sa jej slovami: „možno zajtra“, hoci som vedel, že zajtra budem na tom ešte horšie.

Viac sme sa však už nevideli a keď som sa vrátil domov, po troch dňoch som dostal od nej tento list:

Vážený pán doktor Ring,

volám sa Lorna Stephensová. Neviem, či sa na mňa pamätáte, ale ja som bola tá „otrava“ na konferencii minulý týždeň. Chcela som s vami veľmi hovoriť, ale bolo tam toľko iných, ktorí chceli to isté, tak som im dala prednosť. Dúfala som akosi, že niekedy možno prídete do Detroitu, kde sa stretneme, ale nemôžem čakať dovtedy. Chcem vám povedať o mojom zážitku a cítim, že aj vy by ste sa mali o ňom dozvedieť, pretože určite súvisí s vaším výskumom o zážitkoch na prahu smrti a týraní detí. Zažila som oboje. Musím začať od samého začiatku a môj list bude dosť dlhý, ale myslím, že je dôležité, aby ste poznali všetky podrobnosti.

Keď som bola ehe dievčatko — najmladšie v rodine — spomínam si na otca, ako budil v noci môjho staršieho brata a bil ho. Mala som asi tri roky a aj teraz počujem Stephena (môj brat) ako volá o pomoc. Keď som bola malá, Stephen dával na mňa vždy pozor. Otec nikdy nemal mať deti, pretože neznášal nijaký hluk.

Keď som mala šesť rokov, Stephen ma začal sexuálne zneužívať. Bolo to tajomstvo a nikdy som vtedy nikomu nič nepovedala. Samozrejme, nechápala som, prečo mi tak ubližuje, keď ma má rád. Pokračovalo to pokým som nemala šestnásť a mala dosť sily, aby som ho odmietla. Počas tých rokov som bola svedkom, ako sa Stephen, matka a ostatní členovia mojej rodiny navzájom fyzicky i duševne týrajú. Otec bol tyran a chcel zrejme trápiť každého okrem mňa. Trpela som hroznými pocitmi viny a vyrastala som v prostredí totálneho strachu a zmätku.

Keď som mala asi šesť rokov, začala som mať zážitky deja vu. Nešlo pritom o pocity, že som niečo už niekedy v minulosti videla. Keď som niečo robila, v mysli som videla, že som to už robila predtým. Sama som sa naučila ako to mám robiť. Stačilo sa dívať

uprene na nejakú vec a hlboko sa na ňu sústrediť a objavili sa mi záblesky budúcich udalostí. Nemali však nikdy nejaký zvláštny význam, ale zdá sa, že k nim dochádzalo v rozhodujúcich chvíľach môjho života.

Čoskoro som spoznala, že medzi mnou a Stephenom je akési prepojenie. Zdalo sa nám, že dokážeme čítať myšlienky druhých. Viem, že to znie divne, ale hoci ma zneužíval, ako malé dieťa som bola naňho veľmi naviazaná. Jednoducho som to jeho zneužívanie kamsi v sebe schovala a snažila na to nemyslieť.

Pamätám si ešte na jednu situáciu, keď som asi ako sedem alebo osemročná sedela v škole a pozerala na lavicu. Pred ocami sa mi mihali obrazy človeka v štúdiu s mikrofónmi a množstvom tlačidiel. Zrazu som počula ako na mňa volá Stephen? „Lorna, Lorna, zo bud’ sa. “Prišiel ma zobrať zo školy a odišli sme spolu domov.

Ako roky plynuli, stále sme si boli bližší. Milovala som ho. Nenávidela som iba to jeho zneužívanie. Keď sme boli vo veku dospievania, chodili sme spolu von, keď ani jeden z nás nemal schôdzku s iným. Vždy sme sa skvele bavili. Zabúdala vždy na narodeniny alebo na Vianoce a dal vám darček hocikedy medzitým. Vzal ma do obchodu a keď sa mi niečo páčilo, kúpil mi to. Najaz ma mal rád a myslím, že mi nikdy nechcel ublížiť.

Keď som mala sedemnásť rozprávala som sa s mamou o otcovi a tých strašných veciach, ktoré vyvádza. Ešte si pamätám ten strašný výraz viny na tvári matky. Veľmi som ju ľutovala. Povedala mi nakoniec, že otec sexuálne zneužíval moju sestru. Pochopila som vtedy, prečo to robil so mnou Stephen. Naučil sa to od otca.

O rok neskôr, keď som mala osemnásť, vydala som sa za muža, ktorý bol tiež tyranom. Bola som veľmi mladá na to, aby som si uvedomila, že si beriem niekoho, kto je ako môj otec. Stephen to veľmi nahnevalo. Pohnevali sme sa a naše priateľstvo skončilo. Po dvoch rokoch som mala dcérku a po ďalších dvoch syna. Manželstvo sa ale rozpadalo. Manžel bral drogy a fyzicky ma týral. Mal veľa iných žien. Tvárila som sa, že o tom neviem, ale Stephen to vedel.

Pracovala som na čiastočný úväzok v Kresťanskej asociácii mládeže ako inštruktorka aerobiku a bola som takmer bez peňazí. Manžel míňal všetko na kokaín (crack), ženy a chlást. Nevládala som platiť všetky účty, vyplí mi telefón, odpojili plyn, elektrina

a už ani nehovorím o dvoch malých deťoch, ktoré chceli jesť a k tomu ešte to fyzické a duševné týranie.

S postupom času som si začala uvedomovať, že Stephen mal pravdu. Zároveň som si začala liečiť rany z detstva, hoci ma týranie prenasledovalo aj teraz. Vždy som cítila, že mám blízky vzťah k Bohu. Ako dieťa som sa s ním rozprávala a vždy som cítila, že ma počúva. Odpustila som Stephenovi a rozprávala som o tom mojej najlepšej priateľke Tine, ktoré vedela o týraní všetko. Nechápala ako môžem také čosi odpustiť a ja som to ani nevedela vysvetliť. Azda preto, že som ho mala stále rada a bol pre mňa jedí-
ným otcom.

Jedného dňa som sa s matkou rozprávala a obe sme po chvíli pripustili, že máme pocit, akoby mal zomrieť niekto blízky. Začala som mať potom divné sny. Snívalo sa mi, že bežím po lese a cítim, ako ma niečo prenasleduje, alebo naopak, niečo prenasledujem ja — nevedela som to rozlíšiť. Zrazu sa pred mnou objaví drevený zrub. Vbehnem dnu a oproti vchodovým dverám vidím ešte jedny dvere. Okolo mňa je tu dnu všade tma, ale za tými druhými dvermi vidím prekrásnu lúku s kvetmi, aké som nikdy nevidela. Vyzerá tak lákavo, ale viem, že keby som tam vošla, už by som sa nemohla vrátiť. Vtom som sa prebudila.

Stephen sa oženil a odsťahoval do Madisonu vo Wisconsin. Vedela som, že má problémy. Jeho manželka bola rozvedená a s bývalým manželom sa naťahovali o deti. Stephen začal pracovať ako vodič kamióna a bol veľmi šťastný. Chcel sa stať pre deti novým otcom. Nevedela som, čo si mám o tom myslieť, ale zdalo sa mi, že je už predsa dospelý človek a dúfala som, že sa všetko dobre skončí. Bývalý manžel Stephena netiávidel a vyhrážal sa, že ho zabije. Ukázalo sa, že si chce deti ponechať pretože sexuálne zneužíval malé dievčatko. Myslím, že Stephen ju chcel pred tým zachrániť, aby odčinił to, čo spôsobil mne, jeho prvému malému dievčatku.

Počula som o tom všetkom len z útržkov rozhovorov a z krátkych telefonátov so Stephenom. Žila som v Michigane so svojimi starosťami. Moje manželstvo sa blížilo ku koncu a vedela som to. Po Vianociach v roku 1986 som vzala všetky moje darčeky späť do obchodu, aby som mala peniaze na topánky pre deti. V tú noc sa mi snívalo, že stojím niekde vonku v tme medzi niečím čo vyzeralo ako kamióny. Myslím, že to bolo parkovisko. Na zemi boli mlá-

ky a keď som sa pozrela hore, zbadala som v diaľke pred sebou postavu. Dvíhala ruku a vtom som zazrela hlaveň revolvera. Vedela som, že ide na mňa vystreliť. Vystrelil a cítila som ako ma guľka zasiahla. Padla som na zem, ale vzápätí som sa ocitla na druhej strane parkoviska a pozerala na svoje telo a videla som čosi zelené — budem úprimná, neviem ako to opísať. Žiarilo to a malo to tvar kostry. Vystupovalo to z môjho tela. Strhla som sa a zobudila. Posadila som sa na posteli a zalial ma studený pot.

Na druhý deň som sa rozprávala so Stephenom v telefóne. Povedal mi, že má pocit akoby sa v mojom živote dialo niečo zlé. Klamala som mu a povedala, že všetko je v poriadku. Keď som sa ho spýtala ako sa má, povedal iba: „Keby si vedela, čo všetko tu prežívam.“ Naozaj som sa cítila s našou minulosťou vyrovnaná. Tak veľmi som mu chcela odpustiť a povedať mu ako ho mám rada a ako mi chýba, ale zdalo sa mi nevhodné hovoriť o tom všetkom telefonicky. Tak sme sa len rozlúčili a zavesili slúchadlá.

Vo februári mi zavolala matka, že Stephen odišiel s kamiónom a už štyri dni o ňom nevedia. Robila si veľké starosti. Upokojovala som ju a povedala, že má veľa práce a nemal kedy zavolať. Mama však tvrdila, že nikdy nič také neurobil. Vždy sa manželke ozval a ani dopravná spoločnosť nevedela kde je. Snažila som sa ju upokojiť a večer som odišla do Kresťanského združenia. Cítila som sa akási vinná, ale nerobila som si o Stephena starosti. Ráno zazvonil telefón. Vzal ho manžel a počula som ako hovorí: „Och nie, robíš si žarty.“ Napadlo mi hneď, že Stephenovi sa niečo stalo. Manžel mi podal telefón a povedal, že volá matka. Vzala som ho a pozdravila ju: „Ahoj, mami.“ Povedala mi: „Stephen je mŕtvy.“ „Čože?“ opýtala som sa. Nemohla som to uveriť. A mama stále opakovala: „Stephen je mŕtvy.“ Obe sme začali plakať. Našli ho v zadnej časti jeho kabíny. Neopustil ani parkovisko kamiónov vo Wisconsine, odkiaľ mal odísť dole na juh.

Vykonala sa pitva. Dostala som kópiu záznamu a bolo v nej veľa protirečení. Nevylúčili ani možnosť vraždy a právnik odporučil matke, aby sa pitva opakovala. Už bolo neskoro — telo spoločnili.

Zariadili sme pohreb a bola som úplne zničená. Narodeniny mal 22. februára, dvadsať dní po smrti (bol by mal 31 rokov). Rodina sa rozhodla, že sa v ten deň stretneme v dome mojej sestry

v Ann Arbor. Bolo to smutné stretnutie. Upiekla som koláč a ozdobila jeho obľúbenými fazuľami v rôsole. Sestra vytiahla fotografie z detstva, ktoré jej mama poslala, kým žila v Londýne. (Niekoľko rokov žila v Anglicku, aby ušla pred otcom). Väčšinu fotografií som nikdy predtým nevidela. Na mnohých som bola so Stephenom. Vyvolalo to vo mne spomienky, tia ktoré som už dávno zabudla. Veselé spomienky na staré zlaté časy, ktoré sme spolu trávili. Bol to prehľad o mojom živote, po ktorom sa ma zmocnil pocit smútku.

Odišla som v ten večer autom domov. Manžel spal v posteli a ja som chcela — naozaj zomrieť. Doktor Ring, vo svojom vnútri som umierala na zlomené srdce. Hodila som sa na gauč a keď som spadla, začala som sa dvíhať. Vznášala som sa pod stropom a potom sa stalo niečo ako keď sa pokazí príjem signálu v televízii. Zrazu som videla, že sa vznášam vo vesmíre. Nevyzeralo to ale ako nočná obloha, pretože hviezdy boli sfarbené a zvláštne žiarili. Uprostred toho sa vznášal bochník chleba. Viem, že to znie čudne, ale nebol to chlieb aký dostanete v potravinárstve. Vyzeral ako doma pečený alebo taký, aký sa používa v kostole pri svätom prijímaní.

Náhle som sa ocitla v jeho vnútri a videla som, že je plný svetla. Jasné, biele svetlo, ale mäkké a príjemné na pohľad. Mala som pocit, že to svetlo je živé. A zdalo sa mi, že ma objíma. Stíska.

Predo mnou stál Stephen. A medzi nami bolo okno — no, bol to akýsi otvor, ktorý viedol k tým žiariacim hviezdám. On mal tie isté hviezdy v očiach. Bol oblečený ako obyčajne v modrých džínsoch a károvanej flanelovej košeli. Vyzeral tak ako vždy, okrem tých hviezd v očiach. Prehovoril ku mne, ale nie slovami. Nerozprával. Počula som ho len v hlave. Povedal mi, že pozná moje pocity a vie, že som mu odpustila a že on mi odpúšťa tiež. Povedal mi, že ma miluje a že si nemám robiť starosti. Povedal ešte niečo, čo som zabudla. Ale to posledné bolo, že až sa čas naplní, zasa ma tu stretne.

Zrazu som zasa padala späť. Nie tak rýchlo ako keď padáte zo skaly, ale veľmi jemne. A potom, viem, že to znie zvláštne, ale bola som v obývačke a pozerala som z druhej strany izby na svoje telo, ako tam leží a potom — lusk — a bola som v ňom. Vstala som a napriek tomu čo som zažila, som necítila nijaký šok alebo prekvapenie, bola som len vyšťavená. A šla som spať. (To všetko nebol sen. Vedela by som to, keby to bol sen. Nespala som).

Po tomto zážitku som sa cítila veľmi smutná a veľmi mi chýbal. Asi o šesť mesiacov som mala ísť na stretnutie inštruktorov Kresťanského združenia, ale nedokázala som sa k tomu prinútiť. Jednoducho som tam nešla. Keď som šla autom, čosi ma priviedlo k jednému starému cintorínu, ktorý sa nám kedysi ako deťom veľmi páčil. Boli tam náhrobné kamene staré 50 až 100 rokov. Vystúpila som z auta a začala sa po ňom prechádzať. Bol teplý, slnečný, letný deň, mala som pocit, že bude pršať. Zrazu sa mi v hlave objavila myšlienka „Ján 6“. Na nič také som nemyslela. Prestala som chodiť do kostola, ale táto myšlienka ma teraz neopúšťa.

Vracala sa mi ešte aj po týždni. Konečne som si povedala: „Sadni si a prečítaj si to!“ A čítala som: „Ja som chlieb života a kto uverí vo mňa, nezomrie, ale bude mať život večný.“ A pomyslela som si: „Tak toto je ten chlieb!“ Toto znamenal ten chlieb.

Asi po dvoch mesiacoch som bola na návšteve u priateľky, ktorá Stephena poznala. Hovorili sme o starých časoch, ktoré sme prežívali spolu. Spomenula som jej, ako si moja mama želá, aby som zasa začala chodiť do kostola. Navrhla mi: „Prečo teda nejdeš a neprekvapíš ju?“ Bolo to v nedeľu ráno asi o druhej. Povedala som jej: „Ano, mala by som.“ Tak som šla domov, trochu si spala a šla do kostola. Prišla som tam pred matkou. Kráčala dole schodmi na miesto, kde učila v nedeľnej škole a bola veľmi prekvapená, keď ma zbadala. Keď som vchádzala dnu, ktosi mi podal program a na obálke som zazrela obraz bochníka chleba! Práve taký, aký som videla. Nad ním stálo: „Aby ste mohli žiť...“ Začala som plakať. Vošla som do kostola a sadla si. Práve v ten deň mali sväté prijímanie. Keď ho kňaz začal rozdávať, povedal: „Ja som chlieb života a všetci tí, ktorí vo mňa uveria, nezahynú, ale budú mať život večný.“ Viete si predstaviť ako to všetko na mňa zapôsobilo.

Odvtedy nerobím nič iné, iba hľadá. Najprv som nevedela čo mám hľadať. Zašla som do knižnice a našla knihu o astrálnej projekcii. Na obálke bola zobrazená zelená, žiariaca kostra, akú som videla vo sne. (Túto knihu som predtým nevidela.) V tej knihe som ale nenašla čo som hľadala. Potom som objavila knihu Život po živote od Raymonda Moodyho. Veľmi na mňa zapôsobila a chcela som čítať o tom viac a čítala som všetko, čo sa týkalo zážitkov na prahu smrti.

S manželom som sa rozviedla. Šla som do Školy pre rozhlasových reportérov (vždy som po tom túžila). Stretla som snúbenca (bol to jeden z mojich učiteľov). Stále som hľadala knihy o týchto zážitkoch. Po niekoľkých rokoch som dostala prácu v rozhlasovej stanici. Raz, keď sa vysielal prenos z basketbalu a nemala som Čo robiť, zašla som do blízkeho kníhkupectva (vľahnúť apríl) a zbadala som knihu Full Circle od Barbary Harrisovej. Bola skvelá. Na konci bola zmienka o asociácii IANDS (Medzinárodná asociácia na výskum zážitkov na prahu smrti) a o jej konferencii v auguste. Hneď som vedela, že tam pôjdem.

Na druhý deň som sa rozprávala s priateľom, s ktorým pracujem a zrazu som si uvedomila, že toto som predsa videla ako malé dievča. Teraz viem, že môj celý život smeroval k tomu.

Kúpila som si Life at Death a Heading toward Omega, tú druhú knihu ešte čítam. Keď som vás zazrela na konferencii, hneď som vás poznala. Dúfam, že som vám niečo dala. Cítim k vám veľké sympatie a dúfam, že mi jedného dňa povie: „Volajte ma Ken.“ Dost' som sa vás naotravovala a azda sa raz budeme môcť pohovárať. Neviem, kam ma to všetko zavedie, ale nikdy som nebola šťastnejšia. Trinásteho apríla sa idem znovu vydať. Môj nastávajúci tento môj príbeh pozná, miluje ma bezvýhradnou láskou a podporuje ma.

Volám sa Lorna, ale môžete má stále volať „Otrava“. Milujem vás.

Jej príbeh bol dlhý a spleťtý, ale jeho epizódy zapadajú do seba s akýmsi záhadným zmyslom pre detailné rozpracovanie tak dokonale, že si ho vieme ťažko predstaviť bez pomocnej ruky Svetla, ktorá ju nakoniec priviedla k vízii konečného uzdravenia a pokoja.

Dostávame sa k tretiemu príbehu, ktorý zhodou okolností začal na tej istej konferencii. Stretol som na nej ďalšiu ženu, Beverly Brodskyovú, ktorá, podobne ako Lorna, mi ostala blízka a som s ňou stále v kontakte. Na konferencii sme si našli chvíľu iba na krátky rozhovor a z neho som pochopil, že jej zážitok bol veľmi hlboký a akosi priam *vynútený* okolnosťami. Vyvolalo to vo mne pochopiteľne záujem a poprosil som ju, či by mi o ňom nenapísala. Jej list som potom dostal približne v čase, keď mi napísala svoju podrobnú správu aj Lorna.

Tie najhlbšie momenty jej zážitku však nateraz vynechám, pretože sa im chcem venovať v neskoršej kapitole. Mojim terajším cieľom je iba na tomto poslednom príklade ukázať ako môže stav absolútnej beznádeje privolať lásku a liečivú silu Svetla.

Beverly začala svoj list opisom prostredia, v ktorom vyrastala a okolnosťami, ktoré viedli k jej zážitku v roku 1970.

Bola som vychovaná v neortodoxnej konzervatívnej židovskej rodine v prevažne židovskej štvrti vo Filadelfii. Vládla tam materialistická atmosféra, ktorá na mňa pôsobila stiesňujúco. V škole boli dievčatá posudzované podľa oblečenia a krásy. Roky dospievania som prežila odtrhnutá od skutočného života, hanblivá a príliš vážna. Keď som mala osem rokov, dozvedela som sa čosi veľmi nejasné o holokauste a sama som sa na seba nahnevala pre svoju niekdajšiu vieru v Boha. Ako mohol existovať a dopustiť také niečo? Svetský charakter školy a nedostatok náboženského vzdelania toto moje presvedčenie iba posilnil.

Prešla som obdobím depresie, ktorá sa nijako neriešila, pretože rodina bola presvedčená, že nejaké psychologické vyšetrenie by bolo hanbou a žiadne rodinné alebo osobné problémy sa nemajú prepirat' na verejnosti. Na konci strednej školy som bola v zúfalej situácii. Napriek skvelým akademickým výsledkom, som bola príliš rozladená, aby som pokračovala v štúdiu a s obavami som pozerala do budúcnosti. Akoby to nebolo málo, krátko po skončení školy, keď som mala sedemnáť, otec zomrel na srdcový infarkt. Bol mojou istotou, mojou silou v tomto svete.

Po tejto strate prešla svojou vlastnou citovou krízou matka, ktorá práve vstúpila do obdobia prechodu. Nebola som už schopná znášať toto smutné prostredie a tak som v devätnástich odišla z domu. Najprv som žila v centre Filadelfie a potom som odišla do Kalifornie. Ľudia tam vtedy nosili vo vlasoch kvety a hovorili o mieri a láske. Naučila som sa meditoval' a po prvýkrát som pocítila istú nádej, že môžem začať odznova. Pre mňa bola cesta na západ podobná Hesseho Ceste na východ — bolo to hľadanie nového sveta.

V júli 1970 som utrpela zlomeninu lebky a viacerých ďalších kostí na hlave. Stalo sa to pri motocyklovej nehode v Los Angeles. Deň predtým som prišla do Kalifornie. Jazda na motocykli, moja

prvá, bola súčasťou oslavy môjho návratu. Vracali sme sa z divadelného predstavenia *Hair*. Ša som po vedľajšej ceste, kde neboli prilby povinné a zrazil ma opitý vodič. Hodilo ma to hlavou na cestu. Keď dorazila polícia, pozreli na mňa a začali si zapisovať vodiča auta ako vinného zo zabitia. Tak totiž vyzerala moja hlava.

V nemocnici som strávila dva týždne. Drôtovali mi zlomeniny a dávali morfium proti bolesti. Potom ma poslali domov a kázali brať aspirín. Keďže som nikdy bolesť neznášala a navyše tvár som mala zohavenú, pretože na jednej polovici som mala zodranú kožu, prišla som do svojho dočasného bytu s pevným presvedčením, že táto prvá noc doma bude aj mojou poslednou. Lahla som si na posteľ a v tomto momente skúšky som sa stala agnostikom a ako to robia mnohí ateisti, začala som úpenlivo prosiť Boha, aby ma vzal. Nemohla som žiť už ani jeden d'aľší deň. Mala som dvadsať a nemala som v živote žiadne ciele. Chcela som sa len tešiť zo života a nájsť niekoho s kým by som sa o to delila. Moja bolesť bola neznesiteľná. Nikdy ma nijaký muž nebude milovať a tak som naozaj nemala nijaký dôvod, prečo by som mala ďalej žiť.

V tejto chvíli bolo jediným jej želaním zomrieť, hoci dôležité je poznamenať, že zo zdravotného hľadiska v ohrození života už nebola. Napriek tomu však zisťuje, že jej želanie sa plní. Pokračuje:

Zrazu sa na mňa zniesol akýsi neočakávaný pokoj. Zbadala som, že sa vznášam pod stropom nad posteľou a pozerám na svoje telo ležiace v bezvedomí. Sotva som si stihla uvedomiť túto vznesenú zvláštnosť situácie — že som tu ja ale nie v mojom tele — keď sa pri mne objavila žiarivá bytosť ponorená v chvejúcej sa bielej žiare. Vznášala sa ako ja, ale nemala krídla. Keď som sa k nej otočila, pocítila som zbožnú úctu. Nebol to obyčajný anjel alebo duch; bol poslaný, aby ma zachránil. Vyžarovala z neho taká láska a jemnosť, že som sa cítila ako v prítomnosti mesiáša.

Nech už bol ktokoľvek, jeho prítomnosť ešteprehľbila môj vznesený pocit a prebudila vo mne radosť, keď som pochopila, že to je môj spoločník. Vzal ma jemne za ruku a vyleteli sme rovno cez okno. Vôbec som sa nečudovala, že také čosi dokážem. V jeho zázračnej prítomnosti bolo všetko také aké má byť.

Teraz, v spoločnosti svojho duchovného sprievodcu zažila Beverly jeden z najneobyčajnejších zážitkov na prahu smrti, s akými som sa počas svojej práce stretol. Chcem si ho preto ponechať pre neskoršiu kapitolu, kde ho môžem podať vo vhodnom kontexte. Vstúpila do oblasti ďaleko za všetky, o ktorých sme doteraz v spojení s týmito zážitkami hovorili a dokázala to opísať s takou inšpirovanou výrečnosťou, že jej celé rozprávanie je azda najpôsobivejšie zo všetkých mojich materiálov.

Obmedzím sa tu iba na následky jej zážitku na jej ďalší život. Pokračujeme teda v momente jej návratu späť do tela:

Zrazu, neviem ako ani prečo, vrátila som sa do svojho zničeneho tela. Ale akýmsi zázrakom som si so sebou priniesla všetku tú lásku a radosť. Bola som naplnená extázou, ktorá prekračovala aj tie najdivokejšie sny. Keď som bola opäť v tele, všetka moja bolesť zmizla. Stále som bola uchvátená neviazanou radosťou. Celé dva mesiace som ostala v tomto stave, zabudla som na všetku bolesť...

Cítila som sa ako znovuzrodená. Všetko okolo mňa mi pripadalo zázračné; všetko bolo živé, plné energie a inteligencie...

Nepamätám sa veľmi na toto obdobie okrem toho, že som spravila niektoré veci, ktoré boli pre mňa neuveriteľné. Predtým som bola hrozne hanblivá a cítila som sa nehodná lásky. Vyšla som von, hlavu som mala obviazanú ako nejaká príšera v hororovom filme, za týždeň som si našla prácu, veľa priateľov a začala prvý romantický vzťah. Po zemetrasení v roku 1971 som odišla späť na východ k matke, s ktorou som sa zmierila. Začala som zasa študovať, keď som mala dvadsaťtri, čo bola tiež jedna z vecí, o ktorej som si myslela, že ju nikdy nezvládnem a promovala som s vyznamenaním. Odvtedy som sa vydala, stala sa matkou, vybudovala si kariéru a plnými dúškami pila radosť života, na ktorý som v tom temnom období, pred stretnutím so Svetlom celkom zanevrela. Pri stretnutí so smrťou som dostala radosť a zmysel pre svoj ďalší život.

Hoci od mojej nebeskej cesty uplynulo 20 rokov, nikdy som na ňu nezabudla. Nikdy som, zoci-voci výsmechu a odmietaniu, ojej realnosti ani nepochybovala. Ak vám niečo tak zásadne zmení život, nemôže to byť žiadna halucinácia alebo sen. Naopak, celý svoj ostávajúci život považujem za chvíľkovú fantáziu, krátky sen, kto-

rý skončí, keď sa zasa prebudím do stálej prítomnosti toho darcu života a blaženosti.

LIEČIVÝ ÚČINOK ZÁŽITKOV NA PRAHU SMRTI

Také príbehy, aké nám opísali Lorna alebo Beverly dokazujú, že zážitok na prahu smrti môže často pomôcť človeku vyriešiť jeho skutočnú alebo fiktívnu telesnú či duševnú krízu. Čo už nie je také očividné, je to, že vyliečiť nás môže aj samotné čítanie o takýchto príbehoch. Dovoľte mi uviesť aspoň jeden príklad.

Jedna moja dobrá priateľka žije v Bogote v Kolumbii. Stretli sme sa iba raz, keď som tam prednášal, ale píšeme si už celé roky, pretože sa o moju prácu vážne zaujíma. Pred niekoľkými rokmi som jej poslal kópiu článku s kompletným opisom príbehu, ktorý zažila Beverly. O dva týždne som dostal list s týmto jej komentárom:

Tieto dni boli na klinike plné stresu a výsledkom všetkého bolo, že som dostala infekciu hrdla s akútnymi bolesťami. Tie ma trápiли aj keď som začala čítať váš článok. Príbeh Beverly Brodskej som si prečítala za desať minút a keď som ho dočítala, stalo sa veľa vecí: akútna bolesť zmizla, infekcia hrdla zmizla, všetky veci okolo mňa vibrovali vo svetle a ja som sa cítila ako v bezváhovitom stave.

Nemám slová na to, aby som opísala poznanie, že zážitok Beverly je stretnutím s najvyššou pravdou. Tá najintímnejšia časť v mojom vnútri pozná pravdivosť jej zážitku.

Hoci nemám žiadne dôkazy, nemôžem uveriť tomu, žeby táto moja priateľka bola jediná na svete, ktorá by takto reagovala na tieto príbehy. Uvediem neskôr ešte iné dôkazy o tom, že už čítanie takýchto výpovedí nás môže vyliečiť z mnohých vecí, včítane strachu zo smrti. Táto moja priateľka však naznačuje, že v týchto príbehoch sa môže skrývať netušená sila, ktorá môže spôsobiť istú mieru uzdravenia aj tým, ktorí o nich iba čítajú. V tejto kapitole môžeme teda vidieť zážitok na prahu smrti v úlohe liečiteľa tých, ktorí ho priamo zažili, ale aj nás všet-

kých. V každom prípade „užitočný vírus“ tohto zážitku sa zrejme môže niekedy preniesť priamo na čitateľa takých príbehov, aké zaplňajú túto kapitolu.

ĽUDIA PO STRETNUTÍ SO SVETLOM AKO JEHO POSLOVIA

Existuje ešte iný spôsob, ako môžeme získať liečivé účinky vďaka nášmu záujmu o zážitky na prahu smrti. Vezmeme do úvahy dva závery, ku ktorým sme v tejto kapitole dospeli: (1) Svetlo pôsobí zrejme niekedy ako Majster Terapeut; a (2) Ľudia po kontakte so Svetlom niekedy tvrdia, že čosi od neho dostali. Ak obe tieto myšlienky dáme dokopy, vyplynie z toho, že títo ľudia by mali byť schopní pôsobiť vďaka Svetlu nielen ako liečitelia fyzických chorôb, ale táto sila by sa mala prejavíť aj v ich vzťahu k iným.

Aj v tomto smere existuje veľa materiálu z rozhovorov a listov, ktoré dosvedčujú ako ľahko sa títo ľudia môžu ocitnúť v tejto úlohe a ako s akou samozrejmou a efektívne v nej pôsobia. Na dvoch príkladoch sa vám pokúsím ilustrovať čo mám na mysli.

Možno si pamätáte na moju priateľku Nel, o ktorej som písal v prvých kapitolách. V 80. rokoch som s ňou udržiaval čulé kontakty a môžem potvrdiť, že je to jedna z nadaných terapeutov. V roku 1983 mi v rozhovore jasne naznačila čo si myslí o zdroji svojho nadania a čo ju priviedlo k tomu, aby ho takto využívala:

Za posledných šesť týždňov, pri troch rôznych príležitostiach som sa stretla s cudzími ľuďmi, ktorí ma zakaždým po krátkej chvíli zavalili svojimi starostami. Zdalo sa im, že všetko je stratené. Všetkým som dokázala vrátiť ich nádeje. Nemala som, bohužiaľ, pri sebe magnetofón a nepamätám sa, čo som im presne povedala, ale moje slová zavážili. Dokázala som im ponúknuť inú alternatívu, či voľbu, než tú, nad ktorou uvažovali. Vnímam to ako jednu z vecí, ktoré budem robiť. Chcela by som vziať to Svetlo, ktoré je vo mne a v každom a chcela by som ho

dať spať tým, ktorí ho stratili. Mala som šťastie, že som zažila takú skúsenosť a stále ju mám živo pred očami. Je to niečo, o čo sa chcem podeliť.

Druhý príklad pochádza od ženy, ktorú budem volať Marilyn. Napísala mi v roku 1990. Na prahu smrti sa ocitla v dôsledku predávkovania drogami a alkoholom, čo sa v jej prípade stalo neúmyselne. Po návrate do života sa aktívne zapojila do činnosti protialkoholickéj spoločnosti, kde pôsobí ako poradca pre dospelých a dospievajúcich narkomanov a alkoholikov. Svoju prácu chápe ako priamy výsledok jej zážitku vo Svetle a jeho najväčší dar. V tejto súvislosti píše:

Ťažko by sa mi opisovalo presne všetko, čo som zo svojho zážitku získala. To najzvláštniešie čo som dostala je, že dokážem intuitívne dokonale pochopiť pocity druhých — keď sa rozhodnem. Vďaka tomu som zručná liečiteľka. Jediný negatívny následok tejto schopnosti je, že často nedokážem „zatajiť“ túto moju schopnosť pred kolegami, ktorí nechápu odkiaľ beriem svoj pocit istoty. Myslím, že som získala reputáciu „príliš citlivej“ a nie dosť akademickej — čo mi vôbec neprekáža, pokiaľ pacientom pomáham. Niektorí moji pacienti — tí „bez nádejní“ (profesionál by povedal chronickí) — už neberú lieky a sú šťastní. Myslím, že je to priamy dôsledok daru vyššej sily vo mne. Vďaka povahe mojich „zvláštnych schopností“ ma často zaplňuje smútok z toho, ako sa liečia mnohí pacienti v tom našom systéme. Myslím na ich ponižovanie v rukách lekárov, ktorí sa sami nedokážu vyrovnať s utrpením. Som presvedčená, že najlepší liečitelia sú tí, ktorí sami trpeli — a ktorí sa dokázali vyliečiť.

Vďaka službe ľudí ako sú Nel a Marilyn, ktorí do svojich terapeutických zásahov vkladajú živú silu Svetla, aj my môžeme získať niečo dobré z toho, čo pri zážitku na prahu smrti získali ony. Ako sa Nel tak často vyjadřila, jej radosťou je rozdávať Svetlo druhým a priviesť ich zasa do kontaktu so Svetlom, ktoré nosia vo svojom vnútri. Práve tento kontakt so Svetlom, či už priamy alebo sprostredkovaný inými, je tým zdrojom, z ktorého pramení skutočné uzdravenie.

POCHOPENIE SÚVISLOSTÍ: ČO NÁM O LIEČENÍ HOVORÍ ZÁŽITOK NA PRAHU SMRTI

Príbehy v tejto kapitole a iné údaje poukazujúce na súvislosti medzi zážitkami na prahu smrti a liečiteľskými schopnosťami svedčia o tom, že aj my ostatní sa môžeme naučiť veľa o týchto liečivých energiách, ktoré sú dostupné všetkým. Základné posolstvo z tejto kapitoly by sa dalo zhrnúť do jednoduchého vyhlásenia: Svetlo - najvyššia uzdravujúca sila — je všadeprítomná a pripravená prísť na pomoc, keď sa cítime zabudnutí a bez nádeje. A ako sme videli, už samotné čítanie o takýchto príbehoch, alebo kontakt s takými ľuďmi môže na nás pôsobiť silou uzdravenia.

Napriek pocitu útechy či dokonca inšpirácie, ktorú nám tieto materiály poskytujú, stále si ešte možno nevieme predstaviť ako máme to všetko aktívne použiť v živote. Ako to začať využívať, keď nás prepadne choroba alebo duševná bolesť?

V tejto súvislosti použijem myšlienky muža, ktorého budem volať Gerald. Poznáam ho iba z korešpondencie, ktorá však bola veľmi dlhá a veľa som sa z nej naučil. Preto sa chcem s vami o ňu podeliť. Geraldov život bol plný psychologických problémov prameniacych z chronického alkoholizmu a ťažkých a vysilujúcich chorôb. Vo veku 60 rokov bol však jeho alkoholizmus dávno už minulosťou a takmer úplne sa dostal aj z chorôb, ktoré ho neustále ničili. Jeho zážitok na prahu smrti bol veľmi hlboký a zložitý¹¹ a hral pri jeho uzdravení dôležitú úlohu, ale jeho samotný liečivý účinok nebol taký dôležitý ako to, čo sa z neho naučil. Po zážitku, ktorý mal v roku 1979, študoval ešte veľa rokov dynamiku uzdravovania. Ponúkam vám teraz ovocie jeho bádania, ktoré začalo až po jeho zážitku.

Najprv sa oboznámte so situáciou, v ktorej bol na začiatku:

V roku 1978 som sa ocitol v absolútne beznádejnej a neudržateľnej situácii. V dôsledku alkoholizmu som sa dostal do štádia, keď ma už moje telo ani zamestnávateľ nemohli ďalej znášať a nemal som na výber: Buď prestanem alebo ma vykopnú. Mal som 46 ro-

kov, bol som nezamestnateľný a telesne, citovo i mentálne veľmi chorý — duchovne prázdny. Závisel som od alkoholu dvadsaťpäť rokov a hrozila ma predstava, že spácham samovraždu.

Hoci som dostal ultimátum, pil som ďalej a v čase nútených prestávok som bol taký chorý, že som nemohol nie robiť. Raz ráno som sa plazil z kúpeľne a nebol som schopný postaviť sa na nohy. Zúfalo som sa začal modliť modlitbou neveriacich: „Ak je tu niekto, pomôžte preboha...“ Okolnosti sa začali rýchle meniť a až s odstupom času ich vidím jasnejšie. Prijali ma do vynikajúceho strediska na protialkoholické liečenie. Bránil som sa, prežíval som tam strach, zlosť, odpor, ale zároveň ma fascinovalo, keď som spoznal niektoré dôvody sebazničujúceho správania. Po roku som bol stále ešte veľmi chorý, ale podarilo sa mi vyhýbať alkoholu. Určite som sa zmenil, aj keď neochotne a hoci sa mi podarilo prestať piť, z neznámeho dôvodu som mal stále depresie. Moja kariéra a súkromný život boli v troskách a väčšina priateľov buď zomrela alebo sa kamsi stratili. Už predtým som bol v psychiatrickej starostlivosti a mal som diagnózu maniackej depresie. Odporučili mi liečbu lítium. Odmietol som, lebo som sa obával ďalšej závislosti.

Z tejto zdanlivo slepej uličky však dostáva Gerald pomoc z neočakávaného zdroja, ktorého podstatu môžete hádať.

Počas rehabilitácie som sa rozhodol, že si dám operovať koleno, ktoré bolo príčinou intenzívnych bolestí. Poranil som si ho pred niekoľkými rokmi pri automobilovej nehode spojenej s alkoholom. Veľmi jasne ma varovali, že môžem na operačnom stole zomrieť, ale trval som na tom. Možno som dúfal, že sa tak aspoň zbavím zodpovednosti za to, ak by som sa mal zmámiť sám. Namiesto toho som zažil naozaj neuveriteľný zážitok na prahu smrti. Prebral som sa z narkózy ohúrený novým pohľadom na život, hoci sa okolnosti môjho života nezmenili. Vedel som, že to, čo som prežil, bolo nesmierne dôležité, nech to už bolo akokoľvek neuveriteľné, ale netušil som, čo to malo znamenať. Aj ostatní si neskôr všimli zmenu. Psychiater mi prvý povedal, že už jeho služby nepotrebujem. Po Štrnástich rokoch sa mi píše ľahšie o tom ako táto udalosť zmenila môj život. Nová osobnosť len málo pripomína tú starú a predsa to isté „Ja“ pozerá cez tieto oči.

Možno sa teraz nazdávate, že ide o ďalší prípad, keď stroskotaného človeka zachráni Svetlo a zvyšok života prežije v zdraví a šťastí. V príbehu Geralda však ďalšie boje na neho ešte iba čakajú:

Niekoľko rokov po tom, ako som začal skúmať prečo som prežil tú najdôležitejšiu udalosť môjho života vtedy, keď som bol v bezvedomí — možno mŕtvy — zanechali sme, spolu s manželkou, prácu v meste, aby sme sa mohli venovať úplne Svetlu. Nebolo to bez vážnych problémov. Napriek novo nájdenej filozofii a holistickému spôsobu života som čoskoro ochorel na syndróm Guilaín-Baré, čo je takmer nevyliciteľná dysfunkcia mozgu, končiaca úplným ochrnutím a mučivou bolesťou. Bolo by bývalo ľahké jednoducho sa vzdať, pretože s istotou som vedel, že po tomto živote je ďalší, plný pokoja a radosti. Namiesto toho a pretože som naozaj nemal inú možnosť ako sa snažiť alebo pasívne trpieť, rozhodol som sa zistiť, prečo som podľahol ďalšej chorobe.

Mal som na premýšľanie dostatok času, pretože moje dni plynuli v nečinnosti a rozmýšľaní. Nemal som sily na čítanie kníh a nevydržal som sa dlhšie pozerieť na televíziu. Najprv som vyvinul vedomé úsilie na to, aby som prestal bolesti vzdorovať a to mi značne pomohlo. Keď sa tak môj život stal znesiteľnejší, usiloval som sa čo najhlbšie „vcítiť“ do bolesti a dysfunkcie, aby som objavil čo mi chce povedať, prečo tam je. Viem, že v živote neexistujú náhody a preto musel existovať pre túto chorobu nejaký dobrý dôvod.

Na tomto mieste prekračuje Gerald to, čo sme zatiaľ v tejto kapitole uviedli a dotýka sa samotnej podstaty chorôb. Nejde pri tom iba o jeho chorobu, ale o choroby všeobecne, pretože sa zdá, že jeho zážitok na prahu smrti ho chcel nielen vylicieť, ale hlavne poučiť o príčinách, ktoré k nim vedú. Musel sa o toto pochopenie snažiť celou silou. Postupne sa mu odkrývali ďalšie pravdy:

Každá časť ľudského tela má svoju ezoterickú formu na vyššej úrovni a ak dôjde k telesnej dysfunkcii, znamená to, že z telesných symptómov sa duša musí niečo naučiť. V mojom prípade to boli symptómy ochrnutia a bolesti a spočiatku som dedukoval, že sa určite cítim v tomto živote uväznený a mimoriadne nespokojný

(hoci som určite tak neuvažoval!); a že som si „zariadil“, aby som uníkol zodpovednosti tak, že som si vytvoril okolnosti, za ktorých by som jej mohol ujsť. Každým dňom sa mi otvárala nová perspektíva a objavil som, že som sa vlastne fyzického života bál ako aj mnohých bežných okolností, ktoré vytváral a predsa som bol závislý od jeho vzrušení a rizík.

Mimochodom, nie je to taký druh strachu, ktorý by som mohol jednoducho objaviť nejakým iným spôsobom; nedá sa ani ľahko opísať alebo rozpoznať. Nie je to ten strach, ktorý vás prinúti utekať alebo bojovať. Je to tá zautomatizovaná časť nášho charakteru, ktorá sa nedá odhaliť subjektívnym pozorovaním bez duchovnej pomoci. Žijeme, samozrejme, so svojimi vlastnosťami celý život a spôsob, akým sa vnímame sa nám zdá jednoducho normálny. Čítal som, že určité typy modlitieb a kontemplácií môžu pomôcť pri objasnení týchto otázok a použil som ich v ďalšom hľadaní. Nebola to ľahká úloha, pretože osobnosť človeka si dá dôkladne záležať na tom, aby sa sama pred sebou skryla a nevzdala sa svojich tajomstiev ľahko.

Keď sa jeho stav postupne zlepšoval, prehľbovalo sa aj jeho chápanie príčin choroby a spôsobu, ako by sa mohla vyliečiť.

Po jednom alebo dvoch rokoch tohto vnútorného hľadania mi začali pribúdať sily a symptómy začali ustupovať. Bol som vtedy na invalidnom vozíku takmer úplne bezvládný a teraz vediem viac-menej „normálny“ život. Ako sa moje chápanie zlepšovalo a zdokonaľovalo, objavil som mnoho ďalších citlivých oblastí, ktoré bolo treba preskúmať. Boli to hlboko zakorenené, ale takmer neviditeľné dysfunkčné postoje, ktoré som v sebe ukryl počas tohto života, ale nepochybne aj pozostatky z minulých životov. Každodenným úsilím dokážem redukovat' tieto myšlienkové formy na prijateľnú úroveň a nakoniec ich úplne zlikvidujem. Ako postupuje tento môj proces, každý deň sa zlepšuje aj moje zdravie, aby sa vyrovnalo s rastúcim pokojom v mojej mysli. Verím, že keď sa človek úplne oslobodí od vnútorného stresu a odsudzovania — od tých obáv, ktoré nám bránia milovať samých seba tak ako nás miluje Boh — nebude už musieť prežívať choroby a jeho telo bude odrážať dokonalé zdravie duše. Vďaka mojej technike som prestal

brať lieky proti bolesti a stresu a napriek určitým zostávajúcim ťažkostiam a telesnej slabosti mám teraz väčší pocit slobody, pokoja a lásky k životu, ako kedykoľvek predtým.

To hlavné čo chcem povedať je, že moje zotavenie sa nedosiahlo fyzikálnou terapiou, diétou alebo liekmi, ale výlučne duševnými technikami. Verím skrátka (v skutočnosti ja osobne VIEM), že k obratu v mojej chorobe došlo vďaka viere, modlitbe a kontemplácii: využitím sústredeného pozitívneho myslenia. Verím a som s tým úplne vyrovnaný, že choroba pochádza z duševnej dysfunkcie, ktorá spôsobuje stres a nerovnováhu. To umožní existujúcim vírusom a baktériám a tak ďalej, aby sa rozmnožili a vyvolali slabosť a úpadok tela. Súvisí s tým samozrejme oveľa viac vecí, ale ak to povieme najjednoduchšie, príčinou všetkých chorôb sú mentálne postoje, ktoré sú založené na strachu a preto nie sú v súlade s energiou, ktorú my na západe voláme Boh.

Ak je môj predpoklad správny, a môžem vás uistiť, že pre mňa je, potom oblasť vášho výskumu je najväčším zdrojom nádeje pre budúcnosť ľudstva. Keď začnú psychiatri a ostatní lekári a liečitelia spolupracovať a najprv identifikujú a eliminujú príčinu stresu a pomôžu pacientovi prežiť, kým začne chápať zdroj svojich problémov, nebudeme viac potrebovať lekcie, ktoré nám uštedrujú choroby.

Svojimi slovami Gerald zdôrazňuje špeciálny prínos zážitkov na prahu smrti, v ktorom nás učia chápať chorobu a jej liečbu. Jeho poznámky zároveň zhŕňajú ich najdôležitejšie poučenie o tom, čo nás v prvom rade drží v zajatí choroby. *Je to v podstate strach milovať seba samého tak bezvýhradne, ako to robí Svetlo.* Ak Svetlo tento strach neodveje, musíme to urobiť my! Svetlo nás niekedy zdvihne zo zúfalstva alebo uzdraví, ale keď choroba pretrváva alebo sa vracia, potrebné je skúmať jej význam hlbšie, ako to robil Gerald. I keď je nevítaná, môže byť ďalšou šancou ponúknutou od Svetla a má nám ukázať na samotné bloky, ktoré nám bránia uvedomiť si nielen to, že Svetlo je v nás, ale že Svetlo sme my sami.

Geraldov záverečný komentár dáva jeho myšlienkam ešte širší rozmer, keď hovorí, že nepochopenie tohto odkazu Svetla neprináša len stratu pre jednotlivca, ale pokračujúce utrpenie celému svetu, zatiaľ čo jeho pochopenie je naším spasením:

Verím, že každý, kto sa rozhodne skúmať tieto otázky — tým, že najprv prijme vlastnú duchovnú realitu — môže okamžite nájsť liek, alebo aspoň istý stupeň oslobodenia od svojej choroby. Nie je to jednoduché ani ľahké, ale je to možné. Sám som toho živým príkladom.

Viem, že choroba je jednoducho súčasťou pokračujúceho životného procesu objavovania a spôsobuje ju nás strach zo spojenia s Univerzálnou Láskou, ktorú nazývame Boh. Mám dojem, že väčšina ľudskej rodiny v sebe skrýva mnoho z tých skrytých dysfunkcií, ktoré som objavil v sebe. Sú to pomýlené myšlienkové formy, ktoré spôsobujú nielen choroby, ale sú aj základnými príčinami každej bolesti a utrpenia sveta, závesti a agresie, násillia a vojen. Verím, že v budúcnosti už nebude choroba a ťažký život, ako ho poznáme dnes, nevyhnutnou súčasťou našich skúseností. Keď sa vrátíme k chápaniu nasej duchovnej podstaty, keď budeme používať preventívne a vibračné spôsoby liečby spojené s duchovným a citovým poradenstvom, ako aj holistickú a alopatickú medicínu, potom choroba — a možno aj smrť, ako ju dnes chápeme — sa stane už len archaickým prežitkom nasej nevedomosti.

Poznámky

- 1 Margot Greyová: *Return from death* (London: Arcana, 1985), str. 134.
- 2 E M. H. Atwaterová: *Beyond the light* (New York: Birch Lane, 1994), str. 132.
- 3 Kenneth Ring: *The Omega Project*, str. 278, a dosiaľ nepublikované údaje.
- 4 Barbara Harrisová a Lionel C. Bascom: *Full circle: The near-death experience and beyond* (New York: Pocket Books, 1990).
- 5 Pozri napr. Kenneth Ring: *The Omega Project*, Melvin Morse a Paul Perry: *Transformed by the Light*, a P M. H. Atwaterová: *Beyond the Light*.
- 6 Grey, citované dielo, str. 136.
- 7 Paul Roud, *Making Miracles* (New York: Warner Books, 1990).
- 8 Citácie pochádzajú zo súkromnej nahrávky Howarda Mickela, ktorú mi poslal.
- 9 Grey, citované dielo, str. 138.
- 10 Citácie sú z listu, ktorý mi bol odoslaný 27. februára, 1995.
- 11 Opisoval som už toto svedectvo niekde inde, ale rešpektujem Geraldovo želanie ostať v anonymite a nebudem tu uvádzať príslušný odkaz.

*Nový pohľad
na smrť, umieranie
a smútenie pozostalých*

V slávnom románe *Biela veľryba* veľký americký spisovateľ Herman Melville prorocky poznamenal: „A o smrti, pri ktorej sme si všetci rovní a ktorá na nás pôsobí svojím posledným odhalením, by mohol primerane hovoriť iba autor zo sveta mŕtvych.“ Títo „autori zo sveta mŕtvych“, ktorí v čase Melvilla sotva existovali, sú dnes naši respondenti a ich spoločné svedectvo nám dáva nový pohľad na smrť.

Dominantným symbolom smrti v západnom svete, prinajmenšom od trinásteho storočia, keď počas epidémie moru zahynuli v Európe milióny ľudí, je nepochybne tá neľútostná postava bez tváre, zahalená kapucňou a s kosou v ruke. Tento desivý príznak, ktorý strašil Európu celé storočia predtým, než nám pán Marx povedal, že sa máme báť celkom iného strašidla, sa tak hlboko usídlil v našom kolektívnom vedomí, že nás ešte aj dnes, pri predstave nevyhnutnosti vlastnej smrti, naplňuje pocit hrôzy. Až v poslednej štvrtine dvadsiateho storočia, sa v dôsledku výskumu zážitkov na prahu smrti začína tento posol hrôzy s kosou rozplývať a začína sa vynárať nový obraz — samotné Svetlo týchto zážitkov, alebo, ako to v podobe žiarivej postavy personifikoval Moody — „Svetelná bytosť“. Môžeme teda pochybovať o tom, že vo svetle všetkej tej publicity a veľkému záujmu verejnosti o túto oblasť poznania začíname dnes na západe pozeráť na smrť skôr s nádejou, než očami plnými hrôzy?

Joseph Campbell v jednej zo svojich kníh hovorí o dvojtvárnej podobe smrti. Pri pohľade z diaľky vyzerá naozaj ako desi-

vy prízrak, ale zblízka jej tvár žiari láskou. Tí, ktorí sa s ňou už stretli a boli naozaj blízko, dokazujú, že Campbell trafil klinec po hlavičke. Keď takto prejdeme z vonkajšej, povrchnej perspektívy smrti - kde vládne strašidlo s kosou — na pohľad zvnútra a *zažijeme* moment smrti sami, všetok strach sa rozpynie a spoznáme lásku, ktorá je taká ohromujúca a objímajúca, ako je neporovnateľná. V nezabudnuteľnej fráze Betty Eadieovej, ocitneme sa „v objatí svetla“, na ktoré nikdy nezapomeneme. Vyženie z nás navyše navždy strach zo smrti, pretože, ako vieme, „dokonalá láska vylučuje strach“.

Toto je v kocke odkaz spoločného svedectva mnohých o tom, čo nás očakáva v momente smrti. A pretože tieto svedectvá sú také súdržné a presvedčivé a sú ich celé tisíce, nevyhnutne pôsobia aj na nás ostatných. My všetci, ktorí o týchto príbehoch iba čítame, sme možno spočiatku udivení. Po istom čase však ich slová vstúpia potichu do našich duší a my si zrazu uvedomíme, že tú desivú tvár smrti nahradilo svetlo plné lásky.

Dnes už vieme, že v dôsledku týchto mnohých svedectiev a ich rozširovaní, teraz už aj po internete, ľudia naozaj začínajú meniť svoj postoj k smrti. Aby som uviedol aspoň jeden príklad, môžem spomenúť mojich študentov, alebo aj študentov iných kurzov venovaných zážitkom na prahu smrti. Po ich absolvovaní 80 až 90 percent hovorí o oveľa pozitívnejšom pohľade na smrť.¹ Navyše, 60 až 70 percent týchto študentov po jednom semestri potvrdzuje menší strach zo smrti, pričom sa toto percento zvyšuje na vyše 80 v prípade všetkých, ktorí prejavia o túto oblasť veľký záujem.²

Už dlho je známe, že jeden z najtrvalejších a najpôsobivejších následkov zážitku na prahu smrti je strata alebo aspoň výrazné zníženie strachu z nej. Zatiaľ čo strach z bolesti spojenej s procesom umierania ostáva, samotný moment smrti je zbavený akéhokoľvek strachu, pretože počas zážitku sa dozvedeli, že tam kam idú, žiadna bolesť neexistuje.

Pozrime sa na niektoré výpovede súvisiace s týmto aspektom. Môj priateľ Tom Sawyer, ktorému sme venovali v súvislosti s jeho životným prehľadom veľa pozornosti v siedmej kapitole, dobre vystihol, čo ho zážitok naučil:

Výsledkom je, že mám veľmi malý strach z prirodzenej smrti... pretože ak smrť nieje nič, nič iné ako to, čo som zažil, tak to musí byť tá najúžasnejšia vec, na ktorú sa treba tešiť, absolútne najúžasnejšia ved'

Podobne hovorí o svojom zážitku Nel:

Tá najzákladnejšia vec, ktorá sa mi stala, je že sa už nebojím smrti. Je to asi ten najbežnejší výsledok tohto zážitku. Predtým som sa strašne bála. Pri bolesti, silnej bolesti som mávala pocit, že takto začína cesta do pekla. Veľmi jasne som to cítila pri bolestiach niekoľko hodín pred mojím zážitkom. Padala som kamsi dolu a nezdalo sa, žeby som sa mala niekedy vrátiť. Po zážitku sa už toho nebojím. Bola som už tam, cítila som to, a vlastne sa na to teším. Keď príde čas a moje fyzické telo zomrie, pôjdem do niečoho tak odlišného od tohto sveta, že sa to nedá s ničím porovnať.

Moja austrálska priateľka, ktorej liečivé schopnosti oživené po zážitku som uviedol v predchádzajúcej kapitole, tiež zdôrazňuje stratu strachu zo smrti a poznanie, že v momente smrti prestáva všetka bolesť.

Nemám teraz nijaký strach zo smrti. Môžem vás z vlastnej skúsenosti uistiť, že bez ohľadu na to aká silná je bolesť, ona skončí a ocitnete sa mimo tela v inej dimenzii, budete veľmi živí a bez akejkolvek bolesti.

Ďalší muž, ktorého poznám len z korešpondencie, hovorí o inom pohľade na smrť, ktorý prináša zážitok na jej prahu: pre umierajúceho totiž vôbec neexistuje!

V dôsledku toho, čo som prežil... som spoznal, že tak ako sa bežne vníma to, čo sa nazýva smrť, prežívajú len tí, čo tu ostávajú... Neexistuje nič také ako smrť sama osebe. Smrť v našom trojrozmernom časopriestore je jednoducho istá biologická udalosť, ktorá nemá nič spoločného s vedomím. To pokračuje nepretržite pred tým, čo nazývame narodenie aj po tom, čo nazývame smrťou.

S veľkým nadšením hovorí o zážitku teraz už zosnulá žena Minette, s ktorou som niekoľko rokov korešpondoval. Písala mi o tom, čo ju jej zážitok naučil a ako veľmi chcela, aby sa to dozvedeli aj ostatní. Azda k vám teraz jej slová prehovorí a splnia jej veľké želanie odovzdať toto posolstvo iným.

Rozhodla som sa, že vám musím povedať, čo som sa dozvedela o tejto nádhernej oblasti. Vtedy som nepočula o nikom, kto by sa bol ocitol na druhom brehu. Celé milióny ľudí sa báli smrti. Neboli by sa potešili, keby sa dozvedeli, že zomiera iba ich telo a nie ich vnútorná osobnosť? Chcela som kričať zo striech domov čo som sa dozvedela, podeliť sa s tým so všetkými ľuďmi na svete.

Ak porovnáte oba druhy svedectiev - na jednej strane tých, ktorí zážitok priamo prežili a na strane druhej tých, ktorí sa s týmto fenoménom iba oboznámili — ukazuje sa, že už samotné ich poznanie pôsobí ako užitočný vírus. Ľudia, ktorí sa oboznamujú s príbehmi a názormi priamych účastníkov, pokiaľ sú im otvorení, dostávajú sa pod ich vplyv a začínajú vyjadrovať rovnaké presvedčenia a názory na smrť. Mohli by sme ich nazvať ako tých, ktorí zažili zážitok na prahu smrti z druhej ruky. Samotným zážitkom neprešli, ale prijali jeho posolstvo a stalo sa ich majetkom. Ak je strach zo smrti nákazlivý, rovnako nákazlivá ja aj jeho strata, ak sa pohybuje v spoločnosti ľudí po stretnutí so Svetlom. Možno ste si všimli podobnú zmenu aj vo vašom vnútri.

Pokiaľ ide o nákazlivý účinok na ostatných ľudí, ponúkol som zatiaľ iba niekoľko štatistických údajov, ktoré čosi naznačujú. Bez širokého a systematického výskumu sme pravda odkázaní iba na predbežné, hoci sľubné prieskumy. Našťastie však máme iné zdroje informácií — a vlastne je ich veľmi veľa — ak opustíme metódu formálnych štúdií a pozrieme sa na množstvo osobných svedectiev v listoch (adresovaných mne ako aj iným bádateľom) a rozhovoroch, ktoré som počas práce vykonával. A keďže príbehy učia lepšie ako štatistika, oplatí sa venovať im viac pozornosti ako ďalšiemu dôkazu o tom, ako zážitky na prahu smrti pomohli mnohým, ktorí sa ocitli v ohrození vlastného života alebo života ich blízkych.

ČO NÁS MAJÚ NAUČIŤ TIETO ZÁŽITKY O UMIERANÍ A SMRTI

Jeden z najväčších praktických darov zážitkov na prahu smrti – možno ten najväčší – je to, čo žijúcich učia o zomieraní. Chcel by som sa tu sústrediť na tri špeciálne prípady, keď poznanie týchto zážitkov pomohlo tým, ktorí smrti čelili alebo nad ňou uvažovali, či žiaľili nad stratou blízkeho človeka.

Zoči-voči smrti

Ako sme už povedali, svedectvo o zážitku na prahu smrti vplýva na to, ako ľudia zmýšľajú o vlastnej smrti aj keď bezprostredne nehrozí. Rozhovor Evelyn s Beatrice, ktorú sme predstavili v deviatej kapitole, poskytuje dobrý príklad ako môžu tieto príbehy posilniť vieru človeka v možnosť prežitia telesnej smrti. V jej prípade je zároveň jasné, že presvedčenie je tak trochu teoretické, pretože život ho ešte nepreveril.

Evelyn: Ako ovplyvnilo vaše poznanie týchto zážitkov váš postoj k smrti?

Beatrice: Vždy som si tajne želala, aby vedomie prežilo smrť tela. Chcela som, aby to bola pravda, ale moja viera možno nebola dosť silná, aby som to prijala ako pravdu. Vďaka týmto zážitkom, o ktorých som sa dozvedela, mám teraz isté empirické potvrdenie, ale nenazvala by som to dôkazom. Je otázne, či by to stačilo zabrániť panike, keby som sa napríklad zajtra dozvedela, že som nevyliciteľne chorá. Neviem. Dá mi to útechu, keď mi zomrie niekto, koho milujem? Myslím, dokonca verím, že áno, ale nie som si celkom istá, lebo sa mi to ešte nestalo. Som presvedčená, že by sme mali nad týmito otázkami premýšľať skôr ako sa nám niečo smutné stane, predtým ako sa nás dotkne smrť alebo smútenie, aby sme sa na to pripravili čo najlepšie.

Beatrice si tu môže iba predstavovať ako to bude prežívať, keď bude čeliť smrti sama. Iní sa však už museli zaoberať smrťou nie iba na úrovni abstraktných úvah, ale bol to ich

osobný, bezprostredný a nevyhnutný údel. V takýchto prípadoch je otázka hodnoty svedectiev zo zážitkov na prahu smrti zrejme oveľa bezprostrednejšia. Tu sa dá nájsť odpoveď na otázku Beatrice: Keď sa to naozaj stane, ochráni poznanie týchto zážitkov človeka pred hrôzou smrti? Prinesie to vôbec nejaký rozdiel?

Ak aj vy pochybujete o tom, či by vám vaše vedomosti zážitkoch na prahu smrti pomohli v prípade ohrozenia vášho života, možno vás nasledujúci prípad o hodnote takéhoto poznania presvedčí.

V roku 1991 sa Deborah Drummová, zdravotná sestra v Nashville v štáte Tennessee dozvedela, že má rakovinu prsníka. Jej stav bol vážny a vyžadoval jeho odstránenie ako aj intenzívnu chemoterapiu. Pochopiteľne ju to veľmi vydesilo. Zakrátko ju jedna jej priateľka upozornila na niekoľko článkov a kníh o zážitkoch na prahu smrti (ktoré predtým nebrala nikdy vážne) a Deborah ich začala čítať so vzrastajúcim záujmom. Čoskoro si prečítala všetky dostupné materiály a stretla sa dokonca s niekoľkými ľuďmi, ktorí ich zažili. Všetky tieto informácie pôsobili na ňu mimoriadne upokojujúco a jej strach zo smrti začal slabnúť.

Po niekoľkých mesiacoch záujmu o túto oblasť sa telesne cítila veľmi dobre. Lekárske vyšetrenia potvrdili, že je zasa zdravá. Každý druhý mesiac chodila na kontroly a v tejto súvislosti napísala:

Keby sa rakovina objavila znovu, bola by som otrasená, ale myslím, že by som sa s tým vyrovnala oveľa lepšie. Neverím, že by sa ma zasa zmocnil ten ochromujúci strach, ktorý som prežívala prvých šesť mesiacov toho roku. Smrť už pre mňa neznamená to, čo znamenala pred rokom. Keď si teraz predstavím poslednú chvíľu, vidím svetlo. Cítim pokoj, lásku a ticho.⁴

V tomto kontexte je pre nás zaujímavý opis jej vlastných skúseností s nákazlivým účinkom zážitkov na prahu smrti:

Nádej, ktorú tieto zážitky ponúkajú, je nákazlivá. Ak sa o nich dozvedia iní, naplnení strachom alebo žiaľom, zdá sa, že aj im to

prináša úľavu. Nedávno som napríklad stretla ženu, ktorej 23-ročná dcéra mesiac pred naším rozhovorom spáchala samovraždu. Tá žena bola utrápená, pretože ktosi z cirkvi jej povedal, že pôjde do pekla. Ukázala som jej článok... ktorý opisoval zážitky na prahu smrti potenciálnych samovrahov ako krásne a pokojné ako vo všetkých ostatných prípadoch. Keď si ho precitala, povedala mi, ako ju to veľmi upokojilo a dodala: „Nech vás Boh požehná. ”

Dúfam, že psychiatri, lekári, zdravotné sestry a ostatní pracovníci v zdravotníctve sa budú vážne zamýšľať nad použitím výpovedí o zážitkoch na prahu smrti v prípade ťažko chorých a trpiacich a určite aj zomierajúcich pacientov a ich rodín. Môžem potvrdiť inšpirujúcu a posilňujúcu silu tejto „terapie“. Som silnejšia a sebavedomejšia než som bola pred chorobou, pretože som sa konečne zbavila strachu pred smrťou... Výpovede o týchto zážitkoch dávajú pokoj mysli a nový zmysel životu, aby sa mohol ďalej rozvíjať. Už ma netrápi strach, ale stále si rada prečítam tieto svedectvá. Stále mám z nich radosť’?

Bohužiaľ, nie je to koniec jej príbehu. O niekoľko mesiacov neskôr napísala vydavateľovi časopisu *Journal of Near-Death Studies*, že ďalšie testy odhalili opätovné rozšírenie jej rakoviny, ktorá sa zasa stala nevyliciteľnou, takže smrť jej tentoraz hľadela do očí ako zrejme nevyhnutná udalosť. Z tejto perspektívy si musela spomenúť na slová, ktoré napísala v prvom liste: „Keby sa rakovina objavila znovu, bola by som otrasená, ale myslím, že by som sa s tým vyrovnala oveľa lepšie. Neverím, žeby sa ma zasa zmocnil ten ochromujúci strach, ktorý som prežívala prvých šesť mesiacov toho roku.“ V tejto súvislosti zasa dosvedčuje:

Chcem vám napísať o tom, že moje predošlé slová stále platia... Najdôležitejším zdrojom mojej psychickej rovnováhy je opäť čítanie o zážitkoch na prahu smrti... Mám tieto knihy pri posteli. Počas šiestich týždňoch od návratu choroby neprešiel ani deň, aby som si neprečítala alebo druhýkrát neprečítala niektorú výpoveď. Keď napriek tomu začínam pociťovať strach alebo začínam upadať do depresie, mojou prvou obrannou líniou je, že sa vraciam k týmto svedectvám...

Skrátka, pri normálnom živote ma udržuje viera v obsah týchto zážitkov. Pomohla mi pocítiť, že vo všetkom sa skrýva nejaký zmysel, vrátane mojej choroby a že dokážem akosi nájsť aj jej zmysel a niečo z toho získať. Koniec koncov, ak máme týmto zážitkom veriť, každá skúsenosť má svoju hodnotu a milujúci Boh či jeho Prítomnosť nás pozoruje a vedie cez všetko, čo prežívame.

Chcela by som, aby všetci ťažko chorí mali možnosť čítať o zážitkoch na prahu smrti. Možno, že niektorí v tom nebudú chcieť dlho pokračovať. Som presvedčená, že mnohí by v tom našli veľkú útechu.⁶

Hoci Deborah predstavuje iba jeden prípad, určite hovorí za mnohé podobné, keď pred vynárajúcim sa príznakom telesnej smrti našli ľudia zdroje hlbokej útechy v množstve svedectiev o zážitkoch na prahu smrti, ktoré sú teraz všade dostupné. Môžeme iba opakovať jej radu, aby sa týmto materiálom venovali aj pracovníci v zdravotníctve a samozrejme aj laická verejnosť. Všetci môžu veľa získať z odkazu zomierajúcich o láskavom požehnaní, ktoré môžeme očakávať v okamihu, keď nás smrť oslobodí z pút bolesti a utrpenia.

Svedectvá o zážitkoch na prahu smrti môžu byť zvlášť užitočné pre *niektoré špeciálne skupiny alebo kategórie ľudí*, ktorí sú zrejme mimoriadne otvorení posolstvu a dôsledkom týchto skúseností. Patria medzi nich napríklad ľudia s ochorením na aids. Hovorí nám o nich príklad aktivistky Gangy Stoneovej, ktorá viedla v New Yorku organizáciu God's Love we Deliver (Sme poslovia Božej lásky) zameranú na pomoc práve takto postihnutým. Ganga zháňala jedlo pre svojich klientov po niektorých najlepších reštauráciách v New Yorku a spolu s ďalšími dobrovoľníkmi ich dávala týmto pacientom spolu s Božou láskou — a s posolstvom o zážitkoch na prahu smrti. Rozhodla sa, že odovzdá tieto informácie klientom a nevedela ani opísať ako veľmi hlboko tieto svedectvá na nich zapôsobili. Zapôsobilo to aj na ňu samotnú tak, že nakoniec napísala knihu *The Start of Conversation (Začiatok rozhovoru)*. V knihe sa priamočiaro zaoberá smrťou rýchlo hovoriaci, vtipný obyvateľ New Yorku. Kniha je založená na šesťtýždňovom kurze, ktorý Ganga usporiadala pre obyvateľov tohto mesta. Mnohí z nich trpeli na

aids. Pomáha im prekonať strach zo smrti aj nevyhnutnosť žiaľu tým, že ich učí pochopiť, že „smrť neexistuje“ a že „nie ste vaším telom“. V tejto argumentácii zohráva práve výskum zážitkov na prahu smrti rozhodujúcu úlohu. Ganga je tak dobrým príkladom použitia príbehov umierajúcich ako lieku proti strachu zo smrti pre nevyliciteľne chorých i ostatných, ktorí prejavia o ne záujem. Samotná kniha je plná humoru a mnohých dojímavých príbehov a je napísaná v hovorovom, jadrnom jazyku v štýle takmer vojenského žargónu s výrazmi ako „tak padáme“. Jej štýl nie je možno každému po chuti, ale jej odkaz je užitočný, osvieži srdcia a rozosmeje mnohých, keď ju budú čítať.

Ďalší príklad, ako môže byť tento materiál užitočný ľuďom trpiacim na aids, sa dostal ku mne celkom náhodou. Kupoval som si v blízkom obchode jogurt a mladý muž za pultom sa mi priznal, že pred niekoľkými rokmi bol tiež študentom v mojom kurze. Keďže práve neboli nablízku žiadni ďalší zákazníci, zdôveril sa mi so svojou situáciou. Z ochotného, veselého predavača sa stal zrazu vážny a ustarostený človek. Stíšeným hlasom mi povedal, že je homosexuál a zhruba jeden rok strávil so svojím umierajúcim druhom, ktorý podľahol chorobe aids. Chcel, aby som sa dozvedel aký užitočný bol kurz pre neho a jeho priateľa. Svojho druhu utešoval práve materiálmi, na ktoré si spomínal z čias, keď bol mojím študentom. Chcel sa u mňa zastaviť, aby mi to už skôr povedal, ale nikdy sa to nestalo. Keď som sa však zrazu objavil v jeho živote, vedel, že nastala vhodná chvíľa.

Ďalšou zrejmov „cieľovou skupinou“ pre tieto informácie sú pacienti v hospicioch. Tieto materiály by nemali byť nikdy predkladané umierajúcim bez rozdielu, avšak tí, ktorí sú im otvorení pociťujú veľkú úľavu najmä vďaka zmenšenému strachu zo smrti. V priebehu dvadsiatich rokov výskumu som sa stretol s mnohými pracovníkmi hospicov - s dobrovoľníkmi, ošetrovateľmi, kňazmi a dokonca správcami pozostalosti - ktorí mi rozprávali dojímavé príbehy o tom ako efektívne využili tieto materiály pri stretnutí s umierajúcimi pacientmi.

O častom výskyte zážitkov na prahu smrti v hospicioch svedčia výskumy ďalších pracovníkov. Ošetrovateľka v oddelení in-

tenzívnej starostlivosti Linda Barnettová zistila, že vo vzorke šesťdesiatich ošetrovateliek v hospicioch 63 percent pracovalo aspoň s jedným pacientom, ktorý tento zážitok prežil.⁷ Podobne lekárka Pamela Kircherová predložila na stretnutí Národnej organizácie hospicov prehľad o tom, že 73 percent z jej vzorky profesionálnych pracovníkov v hospicioch si vypočulo opisy týchto zážitkov od pacientov.⁸ Na základe častého výskytu týchto zážitkov medzi umierajúcimi, autorka vysoko cenenej práce o umieraní a smrti v Amerike nedávno konštatovala, že v 90. rokoch sa vedomosti o zážitkoch na prahu smrti „oficiálne zaradili do práce v hospicioch, do ich filozofie a do práce s umierajúcimi dokonca v etablovaných medicínskych inštitúciách.“⁹ „Tieto príbehy prinášajú nový druh nádeje medzi nevyliciteľne chorých,“ uzatvára.¹⁰

Mnohí bádatelia v tejto oblasti si všimli, že nemálo tých, ktorí zážitok sami prežili, priťahuje práca v tomto prostredí. Zapájajú sa do nej ako dobrovoľníci, pretože cítia istú spriaznenosť s umierajúcimi a vedia ako môžu ich prechod uľahčiť. Ak si myslíte, že títo dobrovoľníci pritom vždy hovoria o svojich zážitkoch, mýlite sa. Spomedzi týchto ľudí si najviac spomínam na Pat, ktorú som stretol na začiatku 80. rokov v Kalifornii. V tom čase uplynulo už 19 rokov od jej zážitku a po celú tú dobu pracovala takmer nepretržite pri opatrovaní umierajúcich. Keď som sa jej opýtal ako vlastne využíva svoj zážitok pri tejto práci, prekvapila ma odpoveďou, že si spomína iba na štyri prípady, kedy ho spomenula! O čo sa teda títo ľudia s umierajúcimi delia, nie je ich osobný príbeh - i keď samozrejme často vystupuje tiež — ale ich samotná osobnosť, ktorá akýmsi tichým, ale nepopierateľným spôsobom pomáha sprostredkovať ich vlastnú stratu strachu zo smrti na ich pacientov. Konečným ponúkaným darom pre tých, ktorí majú vstúpiť do Svetla smrti, nie je to čím prešli, ale to čím sa stali.

Jeden z významných ľudí, ktorí sami zážitok na prahu smrti prežili je Dannion Brinkley, ktorý napísal o svojom zážitku a ďalšom živote po ňom dve populárne knihy¹¹. Veľkú časť osobného života venoval práci v hospici (podľa vlastného odhadu staral sa o vyše 150 pacientov, včítane svojej matky, ktorá zomrela v jeho miestnom hospici). Na prednáškach a v kni-

hách vyzýval poslucháčov a čitateľov, aby sa do tejto práce zapojili a pretože bol vo svojom období a v tejto oblasti takou vplyvnou osobnosťou, určite bol zodpovedný aj za ohromný prílev dobrovoľníkov do týchto inštitúcií a programov. To všetko, pravda, pramenilo z toho, čo sa naučil počas zážitku a čo vďaka svojej charizme dokázal preniesť na širokú verejnosť.

Ďalšou cieľovou skupinou, ktorá si zasluhuje zvláštnu úvahu, sú starí ľudia. I keď im nehrozí bezprostredné nebezpečenstvo, ako je to v prípade nevyliciteľne chorých, musia sa vyrovnávať s perspektívou, že ich koniec nemusí byť už ďaleko.

Tento skupine ľudí sa z hľadiska aplikácie zážitkov na prahu smrti nevenovala špeciálna pozornosť. Nedávno som so skupinou študentov podnikol na mojej univerzite prvé skromné kroky. Vypracovali sme vzdelávací program pre starších občanov založený na týchto zážitkoch a potom sme ho prezentovali vo vybraných strediskách v štáte Connecticute. Program trval tri dni a pozostával z nasledujúcich častí: (1) úvodná prednáška o zážitkoch na prahu smrti, (2) premietanie video záznamov s touto tematikou a (3) osobné svedectvo staršieho človeka o jeho zážitku a následná diskusia.

Naše zistenia sú len predbežné a vzorka príliš malá, aby sme mohli robiť akékoľvek zovšeobecnenia, ale výsledky dotazníkov pred kurzom a po ňom odhalili tieto účinky:

1. *Znížený strach zo smrti*
2. *Posilnená viera, že moment smrti bude pokojný*
- 3- *Posilnená viera v život po smrti*
4. *Menšia viera v to, že život po smrti bude nepríjemný*
5. *Posilnená viera, že človek sa znovu stretne s milovanými zosnulými*
6. *Posilnená viera v Boha*

Stretli sme sa navyše s veľmi pozitívnou odozvou a mnohí účastníci nám vyslovili uznanie a zároveň želanie dozvedieť sa o týchto skúsenostiach viac.

Nemali sme možnosť ďalej rozvíjať tieto programy, ale počas mojich prednášok, najmä v USA, k obecnstvu zloženému hlavne zo zdravotníckych pracovníkov, mnohí z nich prejavili

záujem o podobné programy v miestach ich pôsobenia. Možno, že o niekoľko rokov budeme vedieť o ich účinkoch viac a budeme môcť vyhodnotiť ich pôsobenie zvlášť z hľadiska dlhšieho časového obdobia.

Úvahy o samovražde

Druhou širokou oblasťou, v ktorej sa materiály o zážitkoch na prahu smrti ukázali ako užitočné a dokonca doslova zachránili ľudské životy, je problém samovrážd. Samovrahovia nielen čelia hroziacej smrti, ale niečo ich núti, aby ju privolali predčasne vlastnou rukou. Našťastie je veľa takých, ktorí sa svojho zámeru zriekli buď úmyselným, alebo náhodným kontaktom s informáciami o týchto zážitkoch.

Ako príklad môžem spomenúť úlohu, ktorú tieto zážitky zohrali v psychoterapii pacientov so sklonom k samovražde. Pokiaľ viem, prvý lekár, ktorý využil tieto materiály bol newyorský psychológ John McDonagh. V roku 1979 predniesol na stretnutí psychológov príspevok, v ktorom opísal svoj úspech pri liečbe takýchto pacientov s použitím tzv. „biblio-terapie pomocou zážitkov na prahu smrti.“¹² Jeho „technika“ spočívala v tom, že pacienti čítali isté závažné časti z knihy Raymonda Moodyho *Reflections on Life after Life (Úvahy o živote po živote)* a potom diskutovali o ich význame v ich vlastnej situácii. McDonagh hovorí, že takýto prístup bol celkovo úspešný nielen v tom, že redukoval samovražedné myšlienky, ale zároveň predchádzal ich samotnému dokonaniu.

Efektívnosť tohto prístupu pramení zrejme z toho, že pacienti na základe svedectva pochopia nezmyselnosť svojho činu. I po smrti tela by sa totiž museli zaoberať všetkými svojimi problémami, ale bez možnosti ich rozriešenia. Jedna pacientka pri počúvaní niektorých úryvkov so slzami v očiach zvolala: „Nedá sa nijako uniknúť!“ A McDonagh dodáva: „Dospela k presvedčeniu, že bude musieť pracovať na svojom probléme v tomto živote, nech už to bude akokoľvek ťažké.“¹³

Človek by navyše musel trpieť na ďalšie následky svojho neodvolateľného činu, pretože by vnímal bolesť, ktorú tým spôsobil svojim blízkym. Ak si teda títo pacienti uvedomia, že spá-

chanie samovraždy - pokiaľ máme týmto záverom veriť - nespôsobuje zánik ich vedomia, sú nútení hľadať iné východisko zo svojich problémov. Samovražda prestáva byť aktuálna, pretože v istom zmysle je vlastne nemožná: môžete zabiť svoje telo, ale nie svoje Ja.

Po prvých krokoch v tejto oblasti aj iní lekári využili možnosť použiť tieto skúsenosti na podobných pacientoch a dosiahli aj podobné úspechy. Azda najznámejší medzi nimi je psychiater Bruce Greyson, ktorý teraz pôsobí na univerzite vo Virginii. Jeho špecializáciou sú práve samovraždy a je autorom klasickej úvahy o zážitkoch na prahu smrti a samovražde, ktorá môže zaujímať špecialistov ak sa chcú dozvedieť viac o jeho terapeutických implikáciách.¹⁴

Okrem lekárov, ktorí vypracovali túto formu terapie a ktorú by sme mohli nazvať „terapia s pomocou zážitkov na prahu smrti“, môžem siahnuť i po vlastnej skúsenosti a ukázať ako môžu takéto informácie samovražde zabrániť. Nasledujúci prípad je ukážkou, ako môže informácia o týchto zážitkoch zohrať nečakanú úlohu v ľudskom živote.

Pred niekoľkými rokmi sa mi ozvala jedna žena z New Yorku (neskôr som sa s ňou aj stretol), ktorá potom raz navštívila jednu z mojich prednášok. V celej sérii listov mi písala o tom ako trpí na trvalé neurologické problémy a v dôsledku chemickej otravy sa ocitla na pokraji života. Jej choroba sa predlžovala a hoci nemala predtým nikaké vedomosti o týchto stavoch, opakovane sa ponárala a vynárala z niečoho, čo by sme mohli nazvať oblasti blízko smrti. Keď sa do nich ponorila, odhalili sa jej mnohé duchovné pravdy, ktoré jej neskôr slúžili ako základ pre úplne nový spôsob života. Ten sa potom orientoval na harmóniu s prírodou a umenie liečiť.

V prvých fázach choroby bolo však toto nové poznanie zatienené fyzickým a psychickým utrpením, ktoré sa vystupňovalo do tej miery, že sa ocitla na samom okraji pokusu o samovraždu. „Choroba,“ písala mi, „popretfňhala nitky môjho života a často ma to zvädzalo a zároveň desilo, aby som prežala aj tie ostávajúce“. Keďže nikdy nepočula o zážitkoch na prahu smrti, bola veľmi zmätená zo svojich vnútorných stavov a začala mať strach, či k jej problémom nepribudnú aj duševné poruchy.

jedného dňa som si prezerala v kníhkupectve knihy a hľadala som niečo, čo by mohlo vysvetliť záhadné duchovné zmeny v mojom živote a do oka mi padli knihy o zážitkoch na prahu smrti. Tou prvou bol Moodyho Život po živote. Stála som potom pred tým regálom niekoľko hodín a prelistovala som si niektoré kapitoly z tohto klasického diela ako aj ďalšie knihy s touto témou a nakoniec som si niektoré kúpila. Na mnohých hlboko pôsobivých stranách som našla slová, ktoré zrejme odomkli tú bránu tajomstiev a strachu, za ktorou som sa skrývala vyše tri roky. Opisy zážitkov podobných mojím... všetky potvrdzujúce neopísateľnosť a extázu zážitku na prahu smrti okamžite rozptýlili mraky strachu a pochybností o hodnote mojich vnemov.

Odvtedy je inou ženou a začala vo svojom živote kráčať duchovnou cestou. Ako sa mi však neskôr priznala, keby nebola v tom kritickom a zdanlivo beznádejnom období života objavila informácie o týchto zážitkoch, s veľkou istotou cíti, že by sa pravdepodobne rozhodla okamžite s ním skoncovať.

Máme tu teda prípad podobný s prípadom Deborah Drumovej s tým rozdielom, že hrozbou nebola rakovina, ale samovražda. Konečný výsledok je však rovnaký: informácie o zážitkoch na prahu smrti zachránili tieto ženy pred zúfalstvom a dali ich životu duchovný zmysel. A práve tak ako je Deborah Drummová sotva jedinou osobou, ktorá takto reagovala na informácie o týchto zážitkoch, musíme podobne predpokladať, že aj pre iných ľudí s tendenciou k samovražde, podobne ako pre našu ženu z New Yorku bude náhodný kontakt s týmito informáciami znamenať záchranu života.

AKO SA VYROVNAŤ SO ŽIALOM NAD STRATOU BLÍZKEHO ČLOVEKA

Počas mnohých rokov práce v tejto oblasti som dostal veľa listov hovoriacich o úteche a nádeji, ktorú priniesli informácie o zážitkoch na prahu smrti pozostalým, najmä keď išlo o stratu dieťaťa. Uvediem tu iba malú vzorku týchto svedectiev a začnem prípadom rodiča, ktorý bol nútený vyrovnáť sa so stratou milovaného dieťaťa.

Začnem pre mňa zvlášť pôsobivým príbehom, ktorý vyvolal najsilnejšiu odozvu od čitateľov mojej knihy *Heading toward Omega*¹⁵, v ktorej som ho opísal. Ide o prípad mimoriadnej hodnoty, pretože dokazuje ako môže zážitok na prahu smrti úplne eliminovať žiaľ nad smrťou dieťaťa a dokonca nahradiť ho radosťou!

Žena, ktorú tu budem volať Ann, mi po jednom mojom vystúpení v televízii napísala dlhý list, z ktorého vyberám:

Sledovala som vás s veľkým záujmom, pretože i ja som jedna z tých, ktoré zažili pokoj a absolútnu lásku duchovnej existencie. Ponúkam vám svoj zážitok, pretože okrem úplnej premeny mojej osobnosti som v ňom dostala informácie, ktoré ma doslova zachránili pred strašným žiaľom zo smrti manžela a dvoch detí.

Mala som 22 rokov a rodila som druhé dieťa, dievčatko. Stalo sa to 18. júna 1954. Začala som silne krváčať a spomínam si na veľkú bolesť v hrudi, pre ktorú som sa po vydýchnutí nemohla zas nadýchnuť. Pamätám sa na pocit, akoby ma nejaká veľká sila vytiahla hore, von z miestnosti k jasnému svetlu. Spočiatku sa zdalo, že je ďaleko, ale veľmi rýchlo som sa k nemu približovala. Bolesť ostávala za mnou ako nejaké pásy alebo dym z parníka, pretože som šla stále rýchlejšie. To svetlo začalo vyzeráť ako nejaké okno a začala som sa báť, že sa zraním, ak v tej rýchlosti do neho narazím. Nevedela som si predstaviť, ako by som sa mohla zastaviť. Reflexívne som zatvorila oči a pripravila sa na náraz, ktorý sa mi zdal neodvratný.

Nič sa však nestalo. Zrazu som sa zastavila a zistila som, že ležím úplne nehybná, akoby som sa vznášala na vode. A ten môj pocit, že tu patrím, pocit lásky, pokoja a pohody bol jednoducho neopísateľný. Bolo to niečo úžasné a dokonalé. Nevedela som, kde som, ale bolo mi to jedno. Bola by som tam ostala naveky. Bola som sama, ale nie opustená. Hoci som nemala žiadne vizuálne vnemy o svojej polohe v tomto prostredí „ničoho“, vedela som, že skôr ležím ako stojím. Potom som dostala informáciu (nebol tam a nehovoril so mnou nikto, ako to robíme tu na Zemi), že tu mám čakať až kým nepríde „bytosť“, ktorá bude so mnou hovoriť. A potom som akosi „vedela“, že už je na ceste ku mne a prichádza z nepredstaviteľnej diaľky. On (bol to skôr on ako ona) prišiel ku mne

nepredstaviteľnou rýchlosťou, prechádzal cez celý vesmír, míňal celé galaxie, aby sa dostal tam, kde som bola ja. Bola som vo svete absolútnej ničoty, okrem seba samej. To jasné svetlo, ktoré som spočiatku videla ako okno vo svete absolútnej tmy, bolo teraz všade okolo mňa, ale už nie také jasné. Bolo mierne, upokojujúce a možno to nebolo ani svetlo ani tma. Čosi ako hmľa. Cítila som sa tam veľmi, veľmi príjemne.

Vnímala som, ako sa on ku mne blíži a celkom zreteľne som zachytila ten okamih, keď vstúpil do krajnej oblasti toho sveta (alebo stavu vedomia?), v ktorom som bola. Prišiel ku mne z pravej strany. O niekoľko sekúnd vstúpil do môjho sveta, pričom prekonal stovky a tisíce svetelných rokov. Teraz stál pri mne a vzal ma za pravú ruku.

V tom momente som vedela, že to je môj najdrahší priateľ akého som kedy mala. Vedela som tiež, že som pre neho mimoriadne dôležitá osoba. Vzrušenie z dotyku jeho rúk prevyšuje všetko, čo som zažila na zemi. Naše stretnutie bolo akosi „chápané“ a „vnímané“ a nie zrakové. Nepočula som žiadne slová, ale oznámil mi, že si prišiel po moje dieťa. „Moje dieťa?“ opýtala som sa sotva schopná udržať svoju radosť a šťastie z toho, že moje vlastné dieťa pôjde s NIM! Vedela som, že je to veľká česť. Mala som česť byť matkou mimoriadneho dieťaťa a bola som taká šťastná, že si vzal MOJE dieťa. Bola to fantastická príležitosť pre moje dieťa a ani mi nenapadlo, aby som mu odmietla moje dieťa dať.

A tak som mu ho okamžite dala, či vlastne chcela dať, ale nemohla som, pretože vtedy som si s veľkým sklamaním uvedomila, že moje dieťa tu nie je so mnou. Nemám dieťa, ktoré by som mu dala! Začala som nad stratou takej veľkej príležitosti plakať. Nemôcť mu dať nijaké dieťa! Bola som matkou bez dieťaťa. Zdalo sa to také hrozné — nemať dieťa pre túto bytosť. Bola som otrasená vlastným žiaľom nad stratou takej možnosti. Nemohla som mu ho dať a nevedela som prečo, pretože som vedela, že som matkou.

Dotkol sa súcitne mojej ruky a uistil ma, že som matka a mám dieťa, ale to dieťa sa akosi omeškalo. Potom mávol rukou cez priestor pred nami a hmľa sa stratila. Zbadala som zdravotné sestry, lekára a moje dieťa v pôrodnej sále. Lekár ho vyšetroval a položil na akúsi váhu, ktorá, ako sa mi zdalo nemerala hmotnosť ale dĺžku života. Videli sme, že prístroj nepracuje dobre a lekár odčítal ne-

správne číslo. Podal dieťa sestre a povedal, že bude žiť 80 rokov. Bytosť pri mne p otriasla hlavou a povedala: „Ludia tak veľmi veria svojim prístrojom a nevidia potom Pravdu. Ten stroj je zlý. Dieťa bude žiť len štyri dni.

„Žilo by to dieťa 80 rokov, keby bol prístroj v poriadku?“ opýtala som sa. Odpovedal mi: "Ano, ale oni nevedia, že nefunguje správne."

„ Tak ja im to potom poviem, keď sa vrátim, poviem im to. "

„Nie, nebudeš si pamätať nič z toho, keď sa vrátiš."

„Tak potom nechcem ísť späť, chcem ísť s tebou. "

„Nie, musíš sa vrátiť. "

„Ale čo bude s mojím dieťaťom?"

„ Vrátim sa po tvoje dieťa o štyri dni. "

A toto konštatovanie ma zasa naplnilo radosťou. Po tomto prísľube som už bola ochotná ísť späť a počkať, až príde rad na mňa, zatiaľ čo moje dieťa pôjde prvé. Ešte som svoje dieťa neobjala ani nevidela, ale už som cítila k nemu takú lásku, že by som bola pre neho obetovala všetko. Môj návrat bol pre mňa veľkou obeťou, aspoň tak som to vtedy vnímala.

„Poviem im o tom prístroji, keď sa k nim vrátim."

„Nebudeš si pamätať."

„Budem, musím."

„ Väčšina ľudí si nikdy nespomenie na toto miesto, keď sa vráti. I keď si spomenieš, nebudú ti veriť. Je asi lepšie, keď si nebudeš nič pamätať, ako by ti nemali veriť."

„Nie, ja si to budem pamätať, či už budú veriť alebo nie. Musím si toto miesto pamätať!"

Pustil mi ruku a cítila som, ako padám od neho rýchlo kamsi dole. Pozerala som pritom naspäť, tam kde bol a stále som si opakovala: „Budem si pamätať, budem si pamätať... "

Potom som počula, ako ma ktosi volá po mene, cítila som ako ma udiera po tvári a brade, ale ja som stále myslela na to, čo som si chcela zapamätať a na to volanie som neodpovedala. Opäť som bola v pôrodnej sále, pri plnom vedomí, videla som sestru ako sa nado mnou nakláňa a snaží sa ma prebrať, ale akosi intuitívne som tušila, že keď jej odpoviem, zabudnem na všetko, čo som si tak strašne chcela zapamätať. Úmyselne som jej neodpovedala. Potom

však povedala slová: „Tu je vaše dieťa.“ V tej chvíli sa moje sústre-
denie stratilo. Chcela som dieťa vidieť aspoň raz predtým ako ma
opustí. Odpovedala som jej: „Ale ja si to musím pamätať!“ Neskôr
mi povedala, že nechápala, prečo jej to hovorím. V okamihu, keď
som prehovorila, na všetko som dokonale zabudla. Chcela som vi-
dieť svoju maličkú.

Ďalej opisuje svoju situáciu po pôrode. Nebol ľahký, ale
ďalší vývoj pre matku i dieťa sa zdal uspokojivý. Narodila sa jej
dcéra Tari. Stále však cítila, že chce čosi lekárovi o dcérke po-
vedať, nemohla si však spomenúť, čo to bolo. Na druhý deň sa
u dieťaťa objavilo silné krvácanie do mozgu, ochrnula mu pra-
vá strana a lekár už zrejme vedel, že zomrie. Chcel Ann na tú-
to možnosť opatrne pripraviť. Ju však vtedy zdravotný stav
dcérky vôbec nezaujímal.

*Stále som myslela na čosi mimoriadne, čo mám lekárovi pove-
dať. Počída a pochopila som všetko, čo mi hovoril. Co som však
nedokázala, bolo pocítiť starosti, strach alebo žiaľ. Akoby sa ten
pocit pokoja a pohody vrátil, akoby bol prišiel so mnou, hoci som
si nič nepamätala a nevedela som si vysvetliť, prečo sa o svoje dieťa
nestrachujem a ako vlastne viem, že nič zlé sa jej nemôže stať. Od-
porovalo to všetkým objektívnym okolnostiam.*

Ráno, štvrtý deň po pôrode, 22. júna Tari zomrela. Ann
o tom píše:

*V to ráno som sa zobudila náhle, so všetkými zmyslami pri
plnom vedomí. Cítila som, že sa čosi so mnou stalo, ale nevedela
som, čo to je.*

Pretože si lekár všimol jej zvláštny pokojný postoj zoči-voči
hroziacej smrti jej dcéry, vydal prísne pokyny, aby jej nikto tú-
to správu neoznámil — on sám to urobí. Nevyšlo mu to však.
Ann sama cítila, že je pripravená na prepustenie. Vysvetľovala
práve jednej sestre, že musí ešte podpísať nejaké papiere a vte-
dy už bolo jasné, že:

... sestra sa už nezdržala. Ona vedela, že Tari je mŕtva a ja nie. „Och, Bože!“ zakvília. „Vás lekár tu mal teraz byť. Ja vám to nesmiem povedať, ale nemôžem vás nechať vo viere, že Tari žije. Zomrela dnes včasráno. "Kým sa sestra dvíhala od stola a šla ku mne, aby ma objala — na všetko som si dokonale spomenula. Na všetko, do najmenšej podrobnosti. Takmer som to všetko ešte raz prežila. Myslím, že som jej pripadala divná. „Ste v poriadku?“ opýtala sa ma. „Ano, " odpovedala som jej až príliš pokojne na takúto situáciu. „Dnes je štvrtý deň," dodala sestra. V tej chvíli som pocítila radosť. V nasledujúcich týždňoch som necítila nijaký žiaľ nad svojou stratou a ľutovala som len priateľov a príbuzných, ktorí nevedeli, kde je Tari a ja som nemohla veriť — naozaj uveriť — že môj zážitok nebol nie iné, iba živý sen.

Jej manžel i lekár (ktorý už mimochodom poznal podobné zážitky na prahu smrti) uznali, že sa jej stalo niečo reálne, nie však jej kňaz, ktorý vyhlásil, že: „tento zážitok nie je nič iné ako halucinácia bežná u ľudí, ktorí prežívajú silný stres. Neexistuje nič také ako odchod z tohto života do iného a potom späť. Je to psychický obranný mechanizmus a bolo by lepšie na to zabudnúť a začať normálne obdobie smútku a dostať život do normálnych koľají."

Tieto slová pôsobili na mňa zničujúco, ale snažila som sa ich akceptovať. Stále som nad tým rozmýšľala a považovala som sa za nejakého čudáka. Zdalo sa mi, že ľahšie by mi bolo zabudnúť na vlastné meno ako na ten krásny pocit, ten príval čistej radosti, ktorý som zažila, keď ma chytil za ruku a povedal, že príde po moje dieťa. Bola to vrcholná chvíľa môjho života. Stále neviem kto to bol a ani sa o to nestarám. Viem však, že existuje.

Uvedomila som si, že moje prijatie späť do tohto sveta závisí od toho, ako budem predstierať, že zabúdam a pociťujem žiaľ nad stratou dieťaťa. A to som aj spravila — pre ostatných, nie pre manžela, pretože aj on našiel v mojom príbehu istú útechu. Nehovorili sme o tom, ale nikdy sme na to nezabudli.

Svoj list končí Ann slovami:

Preto som tak pozorne počúvala ľudí, ktorí vystúpili s vami v televíznom programe. Ja jednoducho verím, že ich zážitok bol skutočný. Ja viem, že ho prežili. To všetko sa podobá na môj zážitok a chápem aj to, ako ťažko sa potom o tom rozpráva tak, aby to ostatní uverili. Človek musí z toho tol'ko ubrať. Nedarilo sa mi to...

Ďakujem, že ste si ma vypočuli a prečítali, čo som vám napísala. Prepáčte, že to bolo také dlhé, ale je toho oveľa viac, čo som vynechala, len aby som to skrátila.

P. S. Po Tari som mala ešte tri deti. Môj milovaný manžel zomrel v mojom náručí o 16 rokov neskôr a môj prvorodený syn zahynul pri autonehode (okamžite a bez bolesti), keď mal 25 rokov, sedem rokov po manželovej smrti. Môj žiaľ bol vždy utlmený a skráteneý. Ľudia hovorili: „je v šoku, bude žiaľiť neskôr“. Potom hovorili: „Musí to byť silná osoba, keď prežíva všetko s takým pokojom. Nemajú však pravdu. Je tak dobre povedať niekomu konečne ako to naozaj je. Oni nie sú mŕtvi. Všetci žijú, majú plno práce a čakajú na mňa. Naše rozdelenie je len dočasné a veľmi krátke v porovnaní so všetkou tou večnosťou.

Ľudia, ktorí podobne ako Ann dospeli k vnútornému poznaniu, že „smrť neexistuje“, sa dokážu bez bolesti rozlúčiť so svojimi milovanými, niekedy dokonca s radosťou a niekedy dokážu zmierniť žiaľ iných, podobne ako Ann poskytla útechu svojmu manželovi. Ďalším príkladom, v ktorom hral človek so zážitkom na prahu smrti túto úlohu, bola Stella, jedna z troch liečiteľiek z predchádzajúcej kapitoly. Stella sa musela vyrovnáť s tragickou smrťou trojročnej vnučky Marissou, jednej z dvojčiat. Jej syn robil na dvore nejaké stavebné úpravy a požiadal staršieho brata, aby obe dievčatká držal za ruky. Práve keď cúval nákladným autom, Marissa sa vytrhla a zachytilo ju zadné koleso. Na mieste bola mŕtva. Stella mi o tom neskôr napísala:

Po svojom zážitku na prahu smrti som vedela a nie iba „dúfala“, že duch mojej vnučky žije ďalej. Verím tomu, že toto tiché ale pevné poznanie pomohlo našej rodine v ďalšom živote. Nehovorila som o tom a ani som nemusela. Apredsa som cítila, že každý v rozhovore so mnou potvrdzoval vlastnú vieru v život po živote. Tri

týždne po tejto tragédii nás priateľ a kňaz konštatoval, že nikdy nevidel, aby sa rodina tak rýchle spamätala z nešťastia.

Ludia po zážitku na prahu smrti nie sú jediní, ktorí sa vďaka nemu lepšie vyrovnajú s ťažkými stratami. Mnohí ďalší, ktorí sa oboznámili s týmito zážitkami, získali veľa z poznania i útechy skrytej v týchto skúsenostiach, čo veľakrát potvrdili mne i iným bádateľom v tejto oblasti. Nedávno som pri recenzii knihy jednej kolegyne narazil na veľmi výstižný a poučný príklad toho, ako môže poznanie týchto zážitkov pomôcť aj tomu, kto sám takú priamu skúsenosť nemá. Kniha sa nazýva *Children of the Light (Deti svetla)* a napísala ju austrálska bádateľka Cherie Sutherlandová, o ktorej som už hovoril.

Počas prednášok stretla mnoho smútiacich rodičov, ktorí hovorili o tom, ako im príbehy umierajúcich pomohli prežiť ich vlastnú stratu. Nakoniec sa stretla s osobami, niektorí z nich boli ešte deti, ktoré mali svoj zážitok vo veľmi ranom veku — a ich príbehy dokázali ešte účinnejšie znášať trýznivú bolesť, akú vyvoláva smrť dieťaťa. Sutherlandová napísala túto knihu, pretože chcela sprístupniť tieto príbehy širšej verejnosti, zvlášť rodičom a súrodencom zosnulého dieťaťa, aby tak rozprestrela závoj útechy nad tými, ktorí ešte stále žiaľia a urýchlila ich proces uzdravovania z tých najbolestnejších životných úderov.

V knihe prináša niektoré presvedčivé svedectvá, aby nimi ukázala ako blahodarne pôsobí na rodičov, keď sa dozvedia o detských zážitkoch na prahu smrti. Hneď na začiatku knihy uvádza dojímavý príbeh o takomto type objavu. Matke menom Maria sa utopil pri nešťastnej náhode päťročný syn a jej sa zmocnilo zúfalstvo. Okrem prirodzeného žiaľu ju sužovali otázky o tom, či sa jej syn pritom trápil a či nevolal v zúfalstve o pomoc svojich rodičov. Ako sama priznáva, bola posadnutá otázkou: „Bolo to pre neho strašné?”

Celkom nečakane narazila na článok o detskom zážitku na prahu smrti, tiež v dôsledku topenia a mal veľa spoločného s prípadom jej syna. Ten článok zapôsobil na ňu ako zjavenie a okamžite, po rokoch predlžovaného utrpenia, pocitov viny a pochybností, pocítila veľkú úľavu. Sama o tom povedala:

Keď som si to prečítala, bola som vo vytržení. Tak ma prekvapili takmer rovnaké okolnosti nehody a tí dvaja chlapci v podstate v rovnakom veku, že som ani nepochybovala o tom, že táto „zhoda“ bola v skutočnosti odpoveďou, ktorú som tak dlho hľadala. Odvtedy cítim neuhasiteľný smäd po ďalších informáciách o týchto zážitkoch. Čítala som všetko, čo som o tom našla a s každým novým svedectvom sa to čierne bezodné zúfalstvo, ktoré som tak dlho pociťovala, strácalo a kdesi hlboko v mojom vnútri sa začala rodiť nová, zázračná nádej.⁶

Vďaka pôsobeniu tejto knihy môže byť skúsenosť jednej trpiacej matky zdrojom útechy pre iných smútiacich rodičov a ostatných ľudí s podobnou stratou. Čítanie podobných dojímavých príbehov, ktoré vo svojej knihe Sutherlandová uvádza, prináša aj iný úžitok, ako sama Maria potvrdzuje:

Onedlho potom... som si uvedomila, že ten zničujúci žiaľ a utrpenie, ktorým som prechádzala, vyvolal účinky podobné samotnému zážitku na prahu smrti: prestala som sa báť smrti; začala som viac cítiť s druhými; chcela som im pomáhať; viac som si uvedomovala ich bolesti. V istom zmysle aj ja som zomrela a vrátila sa späť do života... A teraz verím, že smrť je v skutočnosti prechodom z našej obmedzenej existencie do nádherného nového života, do dobrodružstva presahujúceho naše najdivokejšie sny.¹¹

S podobnými prípadmi o utešujúcej sile, ktorou pôsobia vízie zážitku na prahu smrti na smútiacich som sa stretol aj počas výskumu. Hoci nasledujúci prípad je hlavným motívom v jednej z mojich kníh, uvádzam ho tu len preto, aby som ilustroval, čo má v literatúre o týchto zážitkoch všeobecnú platnosť. Zároveň je príkladom mnohých takýchto svedectiev, ktoré som dostal sám.

Po prečítaní vašej knihy Heading toward Omega som vám jednoducho musela napísať. Môj život bol v posledných dvoch rokoch nočnou morou, ale po prečítaní vašej knihy som našla silu do ďalšieho života. Myslím, že tým najhorším strachom rodiča je to, že by sa mohlo stať niečo zlé jeho dieťaťu a tento najväčší strach sa mi

naplnil pred dvomi rokmi, keď sa môj 18-ročný syn zabil pri automobilovej nehode. Keď som sa trochu spamätala zo šoku, moje zdesenie sa sústredilo na otázky: Kde je teraz? Existuje naozaj život po smrti? Moje náboženstvo mi v tom nepomohlo, pretože ma učili, že „Boh“ neodpúšťa deťom, ktoré „zhrešili“. Výsledkom bolo, že som sa odvrátila od každého náboženstva i od „Boha“.

Ale po prečítaní vašej knihy chápem lepšie, že to „Svetlo“ nie je ten Boh, o ktorom na učili, ale Boh pokoja a lásky. Za posledné dva roky som prečítala veľa kníh, ale ani jedna nezapôsobila na mňa tak ako vaša. Dokážem sa teraz zmieriť s tým, že v tomto živote už syna neuvidím, ale viem, že sa má dobre a že ho zasa uvidím, až príde môj čas. Teraz je so „svetlom“ a našiel pokoj a lásku rodiny a priateľov (ktorí zahynuli pri tej istej nehode). Možno mi to chcel povedať, keď ma navštevoval v mojich snoch a hovoril mi: „Mama, pozri, nie som zranený, všetko je v poriadku.“ Nebola som však pripravená počúvať.

Nakoniec chcem uviesť ďalší prípad, ktorý síce obsahuje všetko, o čom sme v súvislosti s touto témou doteraz hovorili, vyznačuje sa však niektorými zvlášť poučnými aspektmi. Po prvé, netýka sa smrti dieťaťa, ale straty životného partnera, s ktorou sa mnohí z nás budú musieť v živote vyrovať. Po druhé, ilustruje spôsob ako môže prítomnosť pri umieraní blízkeho človeka pôsobiť ako samotný zážitok na prahu smrti. A po tretie, naznačuje ako môže neskoršie objavenie literatúry o týchto zážitkoch pomôcť pri prekonávaní žiaľu a nakoniec priviesť človeka k službe iným. V tomto príklade teda objavíme ďalší pôsobivý nákazlivý účinok zážitku na prahu smrti.

Peter veľmi miloval svoju manželku a keď po desiatich rokoch manželstva zomrela na rakovinu, nastala preňho ťažká doba. Napísal mi:

Zomrela na neoperovateľný nádor na mozgu a rakovinu pľúc. Dostala sa mi tá možnosť, že som pomáhal sestre pri domácom ošetrovaní počas jej posledných týždňov. Nemal som absolútne žiadnu predstavu o tom aká zmena nastane pre mňa po jej smrti, pri ktorej som bol prítomný. Zomrela pokojne, obklopená láskou. Držal som ju za ruku, keď odchádzala a prosil som Boha, aby sa

o ňu postaral. Potom pre mňa nastalo peklo. Nechcel som viac žiť. Bola mojím životom. Zrútil sa mi celý svet.

Opisoval mi potom ako pomaly a bolestne prebehla jeho premena. Začal dobrovoľnou prácou v nemocnici, kde liečili jeho manželku. Cítil potrebu byť blízko pri ľuďoch, ktorí trpia — „tak ako trpela ona“, povedal. Postupne sa vracal do života a pozoroval, že „jedna malá časť vo mne žila a rásda — ako nový výhonok z padnutého kmeňa stromu“. Začal chodiť do kostola, ale po roku prestal, pretože „nemohol som prijať náboženské dogmy a cirkev neodpovedala na otázky, ktoré sužovali moje srdce a moju myseľ“.

Nakoniec ho to priviedlo k literatúre o zážitkoch na prahu smrti, o živote po smrti a iných podobných témach, a to mu prinieslo čo hľadal.

Výsledkom bolo, že som dospel k presvedčeniu, že Gloria neupadla do zabudnutia, ale niekde, nejakým spôsobom stále žije a dokonca niekde blízko v podobe nehmatateľnej duše so spomienkami a osobnosťou. Začal som si vytvárať — alebo bolo to možno vytvorené pre mňa — filozofiu života a smrti, o ktorej som dovtedy ani neskúšal.

Jeho vnímanie sveta sa zmenilo podobne ako u tých, ktorí prežili vlastnú smrť: začal vidieť jednotu všetkých foriem života. Počas dlhých prechádzok uvažoval nad podstatou vedomia a samotnej prírody a otvoril sa krásam každodenného, jednoduchého života — „vtáky, stromy, mraky, voda“ — to všetko v ňom privolávalo dávno zabudnuté pocity nádeje. Všimol si aj iné zmeny:

Od tej noci 18. júna 1985 (keď zomrela jeho manželka) necítim nijaký strach zo smrti. Bola to okamžitá premena a nezmenilo sa to po dva a pol roku ani trochu. Cítim hlad po vedomostiach v duchovnej oblasti a vnímam to ako prípravu na čosi väčšie. Myslím, že som stratil všetok záujem a túžbu po materiálnych veciach. Môj záujem je teraz BYŤ a nie MAŤ.

Pátral po zmysle svojho života a sám seba sa spytoval, aké poslanie asi má, pretože vedel, že nejaké existuje - ako je to

u každého človeka. Zvolil si cestu dobrovoľného pracovníka medzi trpiacimi a umierajúcimi.

Najväčšou hnacou silou v mojom živote je viera v život po smrti. To, čo robíme v tomto fyzickom svete, má priamy dopad na to, pred čím sa ocitneme v ďalšej etape. Nemal som nijaký osvecujúci zážitok aký mali mnohí umierajúci, osobné posolstvo, žiadne stretnutie so Svetlom, ale dospel som k tomuto bodu života z istého dôvodu a ten mi hovorí, že mám pomáhať druhým. Ako raz povedal Albert Schweitzer: „Každý, kto je ušetrený osobnej bolesti, musí cítiť povolenie pomáhať zmenšovať bolesť trpiacich. ”

Petrova cesta a jeho život v službe pokračujú, ale jeho príbeh nás zaujíma najmä preto, lebo ukazuje, ako môže žiaľ spôsobiť v človeku takú zmenu vo svetonázore a osobných hodnotách, k akej dochádza u ľudí po zážitku na prahu smrti, ak sa spojí s ich poznaním. Je pravdou, že Peter spravil sám veľa preto, aby zo svojho žiaľu dospel k vlastnej premene, ale jeho príklad môže inšpirovať iných, ktorých v živote postihne nezmierniteľná strata.

Pod dojmom tohto osobného svedectva o hodnote zážitkov na prahu smrti pre smútiacich mi napadlo, že práve tak, ako sme vypracovali vzdelávacie programy pre starších občanov, mohli by sme ich prispôbiť pre ľudí v období smútku. Pred niekoľkými rokmi som preto spolu s niektorými študentmi začal takéto prezentácie pripravovať. Boli orientované podobne ako pre skupiny starších ľudí, boli len o niečo kompaktnejšie a naše predbežné testy ukázali podobné i keď trochu menšie účinky. Odozva na ne nás však povzbudila a cítime, že je to ďalšia oblasť, v ktorej by sa mohli úspešne využiť materiály o zážitkoch na prahu smrti.

OD ZÁŽITKOV NA PRAHU SMRTI PO KOMUNIKÁCIU S MŔTVYMI

Okrem zážitkov na prahu smrti, ktoré pomáhajú smútiacim, sa nedávno začali predkladať aj iné zážitky s podobným účinkom. Snáď tým najrelevantnejším variantom, ktorý predstavuje pria-

me a jednoznačné rozšírenie zážitkov na prahu smrti, je komunikácia so svetom mŕtvych.

Termín „posmrtná komunikácia“ používajú viacerí autori, ale hlavnými protagonistami využitia tejto komunikácie v období smútenia sú Bill a Judy Guggenheimovci. Pred niekoľkými rokmi napísali na túto tému objemnú knihu s bohužiaľ trochu sentimentálnym názvom *Hello from Heaven! (Pozdrav z neba!)*. Tento senzačný názov knihy by však nemal zatieniť jej samotnú hodnotu, pretože, podľa môjho názoru predstavuje zásadný príspevok k štúdiám o obdobiach trúčlenia.

Autori nazhromaždili vyše 3300 prípadov svedčiacich o reálnom — nie halucinačnom — kontakte s blízkymi zosnulými, z ktorých do knihy vybrali asi 10 percent, teda okolo 350 príbehov. Pri čítaní tejto rozsiahlej zbierky svedectiev si človek stále viac uvedomuje, aké je ťažké popierať závery, ktoré ponúkajú. Veľmi jasne totiž naznačujú, že tí drahí, ktorí zosnuli, pokračujú v existencii aj po smrti a môžu s nami komunikovať a pomôcť nám vyliečiť sa zo žiaľu. Navyše mnohé príbehy, ktoré Guggenheimovci podávajú, majú veľkú váhu dôkaznosti. Prinášajú autentické príklady posmrtného kontaktu a nie iba psychologické fantázie založené na pochopiteľnom žiali.

Aby sme získali jasnú predstavu o týchto kontaktoch a objasnili si ako môžu pomôcť v žiali za zosnulými, zamyslime sa nad nasledujúcimi prípadmi.

Leslie je 39-ročná dobrovoľná pracovníčka vo Virgínii. Štyri mesiace po otcovej smrti na rakovinu zažila s ním toto šťastné stretnutie:

Práve som si ľahla do postele a zhasla svetlo, keď som zbadala vo dverách stáť otca! Všetky svetlá v dome boli vypnuté, videla som ho však veľmi jasne, pretože okolo neho bola akási žiara. Opakovala som si: „To je predsa otec! Je to naozaj on.“ Bola som taká vzrušená, že som sa posadila a oslovila ho: „Otec!“ Chcela som ísť k nemu, aby som sa ho dotkla a začala som sa z postele dvíhať. On sa usmial a povedal: „Nie, nemôžeš sa ma teraz dotknúť“ Začala som plakať a opakovala som: „Dovoľ mi prísť k tebe.“ Odpovedal: „Nie, nemôžeš to urobiť. Chcem, aby si vedela, že som v poriadku. Všetko je v poriadku. Som stále s tebou“

Na chvíľu prestal a potom pokračoval: „Musím sa ísť teraz pozrieť na tvoju matku a Curtisa. " Curtis je môj syn a spolu s mojou matkou boli vo vedľajšej izbe. Vstala som a išla za otcom na chodbu. On sa však stratil — jednoducho sa rozplynul. Vrátila som sa do postele a nahovárala som si: „ To všetko je z tvojho žiaľu. Otec tu nemohol byť. " Po dlhom prevracaní som nakoniec zaspala.

Ked' som ráno vstala, Curtis, ktorý nemal ešte ani štyri roky, vybehol do predsieni a oznámil mi: „Mami, včera večer som videl starého otca!" Ostala som stát' s otvorenými ústami a spýtala som sa: „naozaj si ho videl?" „Ano, vošiel do mojej izby a stál pri mojej posteli. "Ako si mohol taký malý chlapec niečo také vymyslieť? Zasa som sa ho opýtala: „Nesnívalo sa ti to?" A on odpovedal: „Nie, mama. Mal som otvorené oči. Bol som hore. Videl som ho. "

*Tak som pochopila, že otec tu naozaj musel byť. Nedalo sa nijako vyvrátiť čo sa stalo. Pre mňa to bol úžasný zážitok, pretože som sa presvedčila, že láska nikdy nekončí!*¹

Druhý prípad je príkladom simultánnej komunikácie so zosnulým človekom: Benjamin, ktorý má dvadsaťjeden rokov, pracuje vo vydavateľstve v štáte Iowa. On i jeho dvadsaťročná manželka Mollie hovorili o tom, že niekoľko dní po tom čo jeho matka zomrela na rakovinu, mali s ňou v podstate rovnaké zážitky. Tu je svedectvo Mollie:

Večer toho dňa, keď mala jeho matka pohreb, šli sme spolu do jej domu navštíviť rodinu. Ostali sme tam dosť dlho. Keď sme nasadli späť do auta, pozrela som sa smerom k predným dverám. Zbadala som jeho matku, ako stojí v otvorených dverách a máva nám na rozlúčku! Vyzerala tak ako vždy — bola to určite ona! Pôsobila veľmi pokojne, zdravo a vyzerala mladšia. Keď sme ju v minulosti navštevovali, vždy stála pri tých dverách a mávala nám. Takže teraz to bolo presne tak, ako veľakrát predtým.

Pozrela som na Bena a spýtala som sa ho: „Videl si...?" A on začal naozaj srdcervúco plakať. Pochopila som, že obaja sme matku videli, ale Ben nebol schopný ani slova. V momente, keď som sa naňho pozrela, matka zmizla. Myslím si, že jeho matku som mohla vidieť aj ja, preto aby Ben vedel, že jej zjavenie nebolo iba predstavou jeho fantázie.

A toto povedal Benjamin:

V deň pohrebu matky som zašiel s manželkou Mollie na návštevu mojej sesternice a jej manžela v matkinom dome. Ostali sme tam dlho do noci a potom sme nasadli do auta. Vložil som kľúč do zapaľovania a pritom som sa pozrel hore. Asi desať metrov od nás som zbadal stáť v predsieni za presklenými dvermi matku! Vždy tak zvykla stáť, plná láskavosti a zdvorilosti, aby sa presvedčila, že sme sa dostali v poriadku do auta. Robila to tak stále — videl som ju tak tisíckrát. Vnútorne dvere boli otvorené, takže svetlo z domu ju osvetľovalo zozadu a svetlo na verande ju osvetľovalo spredu. Pôsobila dojemom, že je úplne zdravá a videl som ju veľmi jasne a trojrozmerné. Stála tam a mávala nám na rozlúčku. Vyzerala uvoľnená — menej unavená, menej stresovaná. Zmocnil sa ma celkom jasný pocit, že nám chce povedať: „Nebojte sa o mňa“

Okamžite ma premohol úžasný fyzický pocit, akoby som bol pripútaný k zemi. Akoby sa cezo mňa prevalila nejaká vlna a prešla od hlavy po päty. Zdalo sa mi, že to trvá celú večnosť a zároveň iba zlomok sekundy. Chcel som prehovoriť, ale nemohol som. Vtedy mi Mollie povedala: „Ben, videla som vo dverách tvoju matku!“ Sklonil som hlavu a povedal: „Aj ja,“ a začal som plakať. Po prvýkrát som plakal nad smrťou matky. Nikdy v živote som tak neplakal. A pocítil som úľavu, ako keď vám niekto povie: „dovidenia neskôr.“¹²⁰

Nakoniec uvádzam presvedčivý príbeh zo zbierky Guggenheimovcov:

Adele je televíznou producentkou na sverozápade USA. Našťastie poslúchla radu svojho deväťročného syna potom, keď zomrel na leukémiu:

Môj syn, Jeremy, zomrel deň po Dni matiek. Tri týždne neskôr, krátko predtým ako som sa zobudila, počula som ho, ako sa ma pýta: „Co spravíš s mojimi peniazmi?“ Opýtala som sa: „S akými peniazmi?“ A on odpovedal: „S tými všetkými, čo si mi šetrila“ Úplne som zabudla na jeho účet a ani som nevedela, kde založil svoju vkladnú knižku. Opýtala som sa ho, čo chce, aby som s nimi urobila, pretože to bolo pre neho zrejme veľmi dôležité. Jeremy odpo-

vedal: „Chcem, aby si zašla k Malcolmovi. "Je to môj priateľ" a vedie veľkoobchod s diamantmi. A tak som mu povedala: „Dobre, ale na tom úcte určite nie je dost' peňazí na Malcolmma." A Jeremy naliehal: „Je ich tam dost'! Len chod' k nemu a pochopíš o čom hovorím. Keď to uvidíš, budeš vedieť. Spomenieš si na mňa. "Potom sa stratil a ja som sa zobudila.

Hoci som to považovala za bláznovstvo, hľadala som synovu vkladnú knižku po celom dome, ale nenašla som ju. O niekoľko dní som sa náhodou ocitla v budove, v ktorej má Malcolm obchod s bižutiériou. Tak som zašla dnu a začala sa obzerat'. Zbadala som krásny náhrdelník v tvare motýľa s diamantom. Zrazu som si spomenula, čo povedal Jeremy: „Keď to uvidíš, budeš vedieť. Bude ti ma to pripomínať." Rozbúchalo sa mi srdce a zmocnila sa ma akási nervozita. Opýtala som sa Malcolmma, koľko by ten náhrdelník stál. Po krátkom uvažovaní a dohadovaní stanovil jeho cenu na 200 dolárov. Povedala som mu, že prídem neskôr.

Srdce mi stále búchalo, keď som sa vrátila do práce a zatelefonovala do banky. Vysvetlila som im, že nemôžem nájsť synovu vkladnú knižku a chcem vedieť, koľko peňazí mal našetrených. O niekoľko minút mi oznámili sumu 200 dolárov a 47 centov! Po práci som zašla späť do Malcolmovho obchodu a za peniaze môjho syna som si kúpila motýľový náhrdelník. Teraz sa bez neho nikde ani nepohnem. „Môj syn mi ho daroval na posledný Deň matiek, ktorý som s ním prežila!"²⁰

Tieto dojímavé príbehy sa dotýkajú našich sŕdc a posilňujú vieru v pravdivosť svedectiev týchto ľudí. Môžeme tak nakoniec prijať ich poznanie, že smrť neexistuje, a podľa neho ajžiť. Môžeme tak povedať, že zážitky na prahu smrti spolu s prípadmi komunikácie so svetom mŕtvych dávajú veľkú nádej všetkým tým, ktorí sa trápia nad otázkami o pokračujúcej existencii ich blízkych.

Hoci je kniha týchto dvoch autorov hotovým pokladom súčasných príbehov o posmrtnej komunikácii a významne prispieva do literatúry o žiali a smútení, jej príbehy sú až udivujúco bežné, hoci sa o nich donedávna obyčajne nehovorilo. Stretol som sa s nimi aj ja a chcel by som túto časť uzavrieť príbehom, ktorý je pre mňa mimoriadny.

Súvisí so smrťou Ann, matkou Tari. Pred niekoľkými rokmi mi napísal list jej syn, o ktorom som predtým nikdy nepočul. Oznámil mi, že krátko pred Vianocami zomrela jeho matka na rakovinu. V liste mi písal:

V ten deň, keď zomrela, plánovali sme oslavu Vianoc pri nej v nemocnici. Zomrela však pol hodinu pred naším príchodom. Doma mi padli oči na poličku, kde som zbadal vašu knihu Heading toward Omega. Veľmi ma to zaujalo, pretože nedávno predtým som čítal The Omega Project, ale túto knihu som si predtým na poličke nikdy nevšimol. V knihe som našiel listy, ktoré ste jej napísali. Opýtal som sa na knihu otca a dovolil mi, aby som si ju vzal.

Keď som sa z listov dozvedel, že vám napísala o svojom zážitku, rýchle som si knihu prelistoval. Bol som udivený, že sme sa o tom nikdy nerozprávali. Prijal som to ale ako odkaz od mojej matky (náhoda, že som zbadal knihu práve v ten deň), ktorým ma chcela uistiť, že sa má dobre a je šťastná.

Pri ďalšom čítaní tohto listu sa predo mnou rýchlo odhalil zvyšok prekvapujúceho posledného odkazu Ann:

Jej príbeh tu však nekončí. V posledný deň v roku sme sa zúčastnili na pohrebe, ktorý bol smutným, ale duchovným obradom a na ktorom ju jej krstné dieťa, syn najlepšej priateľky, nazval „sväticou“.

V ten večer som ukladal do postelí moje tri dcéry (vo veku šiestich, štyroch a troch rokov) a zašiel som dole do izby najstaršej dcéry Mallory. Prekvapilo ma, keď som zbadal jej hlavu skrytú pod vankúšom, pretože ma obvyčajne čaká, kým jej nepošucham chrbát a krk. Keď som vošiel, zdvihla hlavu a povedala: „Ja nespím.“

Opýtal som sa jej: „Co robíš?“

„Plakala som,“ znela jej odpoveď.

„Prečo si plakala?“

„Lebo som videla starú mamu Ann hore pri strope.“

Keď som sa jej na to pýtal ďalej, povedala mi, že „bola oblečená v bielom a vyzerala ako anjel“.

Opýtal som sa jej, čo Ann robila. „Povedala mi, že ma veľmi ľúbi a je to posledný raz, čo ju vidím. “

Neskôr som sa jej opýtal, čo ju vlastne rozplakalo a povedala mi: „Lebo som bola šťastná a niekedy človek plače, keď je šťastný. “

Je bežné, ak sa nedávno zosnuli ľudia ukážu druhoví alebo dieťaťu a rozmýšľal som nad tým, že otec by asi tomu neveril a preto si Ann pre odkaz z druhého brehu vybrala Mallory. Dlho som podozrieval prinajmenšom dve moje dcéry, že majú schopnosti, ktoré som ja sám dávno stratil, ale akosi brali zrejme na mňa ohľad a nepovedali mi o svojich citlivejších zmysloch. Opýtal som sa Mallory, prečo sa mi to rozhodla povedať teraz.

„Ann ma presvedčila, aby som ti to povedala,“ bola jej odpoveď.

Pamätám sa, že keď som list dočítal a držal ho ešte v ruke - nemohol som sa ubrániť otázkam — bolo to viac moje poznanie ako nejaké otázky — či moja drahá priateľka Ann, bola konečne spojená nielen s tou žiarivou bytosťou, ktorú nazvala najdrahším priateľom, ale aj so svojou milovanou Tari, ktorej sa s takou radosťou pred mnohými rokmi vzdala.

Čo si o tom myslíte?

ZÁVERY: NOVÝ POHĽAD NA SMRŤ VO SVETLE ZÁŽITKOV NA JEJ PRAHU

Mnohé príbehy z tejto kapitoly spolu so štatistikou v jej úvode ilustrujú moju tézu o tom, že po dvadsaťročnom výskume zážitkov na prahu smrti a iných príbuzných javov sa vynára nový pohľad na smrť. Tieto svedectvá nemožno čítať bez pocitu, že konečne začíname vidieť ako sa dvíha temná opona smrti, na ktorú sme boli tak dlho navyknutí a a vidíme ju v jej pravom svetle — ako Svetlo samo. To, čo sme kedysi vnímali ako konečné, hrozné a neodvolateľné odlúčenie, chápeme teraz ako pokračovanie života v oblastiach, ktoré sú bežne, ale nie vždy, nášmu vnímaniu neprístupné. Koniec koncov, existuje istý kontakt medzi oboma oblasťami, medzi životom tu a životom niekde inde, ale nikde neexistuje smrť ako sme ju poznali a uznávali. Vo svetle týchto zážitkov smrť nie je ničím iným ako

ilúziou oddelenia a konečnosti a tí, ktorí tejto vízii smrti veria, podobne ako tí, ktorí sa už s ňou stretli, strácajú z nej akýkoľvek strach, pretože — ako sa môžete báť niečoho, čo neexistuje?

Videli sme, aké blahodárne je toto nové poňatie smrti. Neboja sa jej tí, ktorí jej hľadajú do očí, pretože vedú, že ich očakáva Svetlo. Tí, ktorí chcú vyriešiť svoje problémy smrťou, pochopia že je to nemožné, pretože existuje *iba* život. Tí, ktorí žiaľ, nachádzajú útechu a niekedy dokonca vlastnú premenu. A tí, ktorí boli požehnaní víziou milovanej osoby, s istotou vedú, že naďalej žije a spojenie medzi nimi prerušené nebolo. Pred tým všetkým sa odhalený podvodník, to strašidlo s kosou, zakráda preč. Svetlo, ten veľký osloboditeľ nás od neho oslobodil tak, že sa nám ukázal v tisícokrakých podobách.

Tento pohľad na smrť nie je v žiadnom prípade obmedzený iba na záujemcov o zážitky na prahu smrti a podobné témy alebo na ľudí angažovaných v práci, ktorá súvisí so smrťou a umieraním. Po tom, čo aplikácia výsledkov tohto výskumu získala na význame, najmä v poslednom desaťročí, začína si ho všimnúť stále viac ľudí, ktorí sú súčasťou hlavného smeru v našej kultúre. Už sme napríklad spomenuli, ako začala táto práca a perspektíva prenikať do hnutia hospicov v USA a dokonca do prístupu k umierajúcim a truchliacim v tradičných inštitúciách.

Začína sa objavovať stále viac kníh nielen o zážitkoch na prahu smrti, ale aj o samotnej téme tejto kapitoly - ako využiť poznatky z týchto zážitkov v prístupe k smrti, umierajúcim a smútiacim. Spomenuli sme už niektoré, ako napr. monumentálnu štúdiu o umení umierania v modernom americkom živote od Marilyn Webbovej *The Good Death (Dobrá smrť)* alebo knihu s rozsiahlym ale účinným prístupom k smrti *The Start of Conversation (Začiatok rozhovoru)* od Gangy Stoneovej. Sú aj iné, ako napríklad kniha *The Tibetan Book of Living and Dying (Tibetská kniha života a smrti)* od Sogyala Rinpocheho, alebo *Facing Death and Finding Hope (Čakanie na smrť a objav nádeje)* od Christine Longakerovej, ktoré nachádzajú širokú čitateľskú obec s patričnou odozvou. Všetky tieto knihy sa stali podkladom pre rozsiahle diskusie o využití zážitkov na prahu smrti v súvislosti so smrťou a prácou v poradenstve pre smútiacich. Navyše, veľa učebníc o smrti a umieraní začalo do seba

začleňovať kapitoly opisujúce výskum a využitie zážitkov umierajúcich.²¹ Zdá sa, že svetlo zážitkov na prahu smrti v týchto dňoch svieti všade a zaháňa smrť do jej vlastného sveta tieňov a fantazmagórií, aby nás tu viac nestrašila.

Dúfam, že som vám príbehmi v tejto kapitole pomohol vštepíť do vášho vnútra nové chápanie smrti, aby ste tak mohli začať odstraňovať aj posledné zvyšky strachu a pochybností vo vás i vašich blízkych. Je to určite želanie tých, ktorí sa k nám vrátili, aby sa ich krátky pohľad do transcendentnej oblasti Svetla, do nášho pravého domova a pravej podstaty, stal užitočným pre všetkých nás, ktorí žijeme a umierame na planéte Zem.

Poznámky

- 1 Pozri moju štúdiu: „The impact of near-death-experiences on persons who have not had them: A report of a preliminary study and two replications” (Dopad zážitkov na prahu smrti na tých, ktorí ich nemali: Správa o predbežnej štúdii a dvoch odozvách), *Journal of Near-Death Studies*, 13 (4), str. 223-235.
- 2 Toto číslo pochádza z nepublikovaných údajov z *The Omega Project*.
- 3 Ring, *Heading toward Omega*, str. 59.
- 4 Drumm: „Near-death experiences as therapy” (Zážitok na prahu smrti ako terapia), *Journal of Near-Death Studies* 11 (2), str. 68.
- 5 Ibid., str. 69.
- 6 Drumm: „Near-death experiences as therapy: Part II” (Zážitok na prahu smrti ako terapia, časť II), *Journal of Near-Death Studies* 7/(3), 1993, str. 189-190.
- 7 Linda Barnettová: „Hospice nurses' knowledge and attitudes toward near-death experience” (Vedomosti a postoje zdravotných sestier v hospicioch k zážitku na prahu smrti), *Journal of Near-Death Studies*, 9(4), 1991, str. 225-232.
- 8 Pamela Kircherová: „Near-death experiences and hospice work” (Zážitky na prahu smrti a práca v hospici), príspevok prednesený na výročnej konferencii IANDS, 1993.
- 9 Marilyn Webbová: *The good death (Dobrá smrť)* (New York: Bantam, 1997), str. 248.
- 10 Ibid., str. 248.
- 11 Dannion Brinkley, *Saved by the light (Zachránení svetlom)* (New

- York: Villard, 1994) a *At peace in the light* (*Vpokoji vo svetle*) (New York: Harper Collins, 1995).
- 12 John McDonagh, *Bibliotherapy with suicidal patients*, (Biblioterapia samovražedných pacientov), príspevok prednesený v Americkej psychologickej asociácii, New York, 1979.
- 13 Ibid., str. 2
- 14 Pozri B.Greyson: „Near-death experiences and attempted suicide“ (Zážitky na prahu smrti a pokus o samovraždu), ktorý je tiež publikovaný v antológii vydanej Greysonom Charlesom Flynnom: „*The near-death experience: Problems, prospects, perspectives*“ (Zážitok na prahu smrti: Problémy, vyhliadky, perspektívy), str. 259-266. Relevantný je tiež jeho článok: „Near-death experiences precipitated by suicide attempts“ (Zážitky na prahu smrti vyvolané pokusom o samovraždu), *Journal of Near-Death Studies*, 9 (3), 1991, str. 183-188.
- 15 Pozri Ring: *Heading toward Omega*, str. 76-82
- 16 Sutherlandová: „*Children of light*“ (*Deti svetla*), str. 6.
- 17 Ibid., str. 6-7.
- 18 Guggenheim and Guggenheim: Hello from Heaven! (Pozdrav z neba!), (Longwood, FL: ADC Project, 1995), str. 292. Zmenil som delenie na odstavce, ale obsah som samozrejme zachoval.
- 19 Ibid., str. 299-300.
- 20 Ibid., str. 325
- 21 Niektoré reprezentatívne pojednania v literatúre o tanatológii pozri napr., Lynne Ann DeSpelder and Albert Strickland: „The last dance“ (Posledný tanec), (Mountain View, CA: Mayfield, 1996) a Michael R. Leming and George E.Dickinson: „Understanding dying, death and bereavement (Pochopenie umierania, smrti a smútenia), (New York: Holt, Rinehart and Winston, 1985).

KAPITOLA

12.

Prechod do Svetla

Predmet predchádzajúcej kapitoly — ako nám zážitky na prahu smrti môžu pomôcť v prístupe k smrti — nás prirodzene vedie k večnej otázke o tom, čo nastáva po zastavení všetkých biologických funkcií. Hoci žiaden žijúci človek, hocijako múdry, nám nemôže predložiť absolútne poznanie o živote po smrti, mnohí tí, ktorí sa ocitli na rozmedzí života a smrti, s veľkou istotou tvrdia a ako skupina sú presvedčení, že všetkých nás očakáva istý druh posmrtnej existencie. Aj pri zbežnom prelistovaní literatúry o týchto zážitkoch sa môžeme presvedčiť ako prevažuje táto viera u tých, ktorí sa dostali nepochybne najbližšie k tej hranici, z ktorej sa, ako Shakespeare mylne hlásal, žiaden pútnik nevracia.

Po prečítaní toľkých svedectiev o zážitku na prahu smrti možno už vo svojom vnútri chápete, prečo nám títo ľudia približujú svoje skúsenosti s takým presvedčením o pokračujúcom živote po telesnej smrti. Prv ako začneme skúmať túto ich univerzálnu vieru, sústredme sa na chvíľu práve na moment, ktorý je zrejme signálom na prechod z fyzického života do jeho úplne odlišnej formy. Práve tu môžeme vidieť, ako sa jedinec konfrontuje s takou pôsobivou víziou a takými ohromujúcimi pocitmi, že jednoducho nemôže celou svojou bytosťou nepochopiť, že vstupuje do Vyššieho Života.

Aby som ilustroval tento bod prechodu a prebudenia počas zážitku na prahu smrti, dovoľte mi siahnuť po svedectve mojej dobrej priateľky Jayne Smithovej, ktorá žije teraz v južnej Kalifornii, ale stretol som ju okolo roku 1980, keď bola ešte oby-

vateľkou Filadelfie. Celý jej príbeh som uviedol v knihe *Heading toward Omega*, ale chcem sa tu sústrediť práve na moment, v ktorom si uvedomila, že zomrela:

Ďalšia vec, ktorú som si uvedomila... stála som uprostred nejakej hmly a okamžite som vedela, že som zomrela a bola som taká šťastná, že som zomrela, ale stále som bola nažive. A nedokážem vám povedať, ako som sa cítila. Bolo to: „Ó, Bože, som mŕtva, ale som tu! Som to ja!” A začali sa zo mňa valiť tie úžasné pocity vďačnosti, pretože som stále existovala a predsa som s dokonalou istotou vedela, že som zomrela.

A zatiaľ čo sa zo mňa valili tie pocity... tou hmlou začalo prenikať obrovské svetlo a to svetlo bolo stále jasnejšie a jasnejšie a jasnejšie. Je také jasné, ale vôbec vás z neho nebolia oči. Je jasnejšie ako čokoľvek, čo ste videli v živote... A mala som pocit, akoby som sa v tom obrovskom svetle hojdala. Zdalo sa mi, že v ňom existujem a žijem z neho a ten pocit bol stále viac a viac extatický, slávnostný a dokonalý. A všetko okolo toho bolo — keby ste vzali tisíc tých najlepších vecí, ktoré sa vám v živote prihodili a vynásobili ich miliónkrát, možno by ste sa priblížili k tomu pocitu, neviem. Ten vás však pohltí a začínate chápať mnohé veci.

Pamätám si, vedela som, že všetko, všade vo vesmíre bolo v poriadku a plán je dokonalý. Čokoľvek sa stalo — vojny, hladomor, čokoľvek — všetko bolo v poriadku. Všetko bolo dokonalé. To všetko bolo akosi súčasťou dokonalosti a nebolo treba robiť si o tom starosti. A po celý ten čas, keď som bola v tomto stave, sa to zdalo nekonečné. Bolo to nadčasové. Bola som nekonečnou bytosťou v dokonalosti. A tá láska a bezpečie a istota a poznanie, že nič sa vám nemôže stať a ste navždy doma. Navždy v bezpečí a ostatní tiež.¹

Pre Jayne to bol neodškriepiteľný nielen svet dokonalosti, ale aj samotná večnosť („bol bezčasový”), do ktorej sa po fyzickom živote vracia každý. Človek tu vstupuje do stavu nevyčerateľnej blaženosti, večného nadprirodzeného svetla a absolútneho poznania — do takej dokonalosti, v ktorej vníma dokonalosť vo všetkom.

Toto je tá oslňujúca vízia brány do života po telesnej smrti,

o ktorej tak často, hoci málokedy tak výrečne, hovoria tí, ktorých cesta na druhý breh zaviedla až tak ďaleko.

Keby vízia Jayne bola vašou — ak by ste si napríklad dokázali predstaviť, aké by to bolo, keby ste tisíc najkrajších vecí z vášho života vynásobili miliónom — mohli by ste potom pochybovať, že zažívate skutočnú víziu sveta za prahom telesnej smrti?

Tí, ktorí to zažili, nemôžu a mnohí z nich rozprávajú ten istý príbeh o momente prechodu a o poznaní, ktoré ho sprevádza. V týchto svedectvách stále nachádzame tie isté prvky, ktoré spomína Jayne: zvestujúce svetlo, pocit návratu domov, pocit absolútneho bezpečia, poznanie, že nikto nie je z tejto oblasti vylúčený a dokonca, v niektorých prípadoch, poznanie, o ktorom tu Jayne nehovorí: že my všetci, vo svojej podstate, sme stvorení z toho istého svetla, ktoré tam vnímame. Tu je len malý výber z odhalení tých, ktorí sa ocitli tam, kde bola Jayne.

Jeden z nich, Bili, mi napísal:

Pozrel som sa dolu tunelom a zbadal som svetlo. Okamžite som si uvedomil, kde som. To svetlo bol môj domov. Vedel som, že sa môžem vrátiť len tam. Nebolo možné o toto miesto prísť. Bol to domov a idem tam ja a každý a neexistuje možnosť ako by sa dalo stratiť alebo ho minúť. Ten návrat tam bola jediná zaručená vec.

Nell mi povedala:

Môj zážitok nebol dost' hlboký na to, aby som videla čo je za Svetlom a tou bytosťou, ale viem, že keď príde môj čas a moje fyzické telo zomrie, budem d'alej žiť vo Svetle a v novom živote nájdem tam hore celý svet.

A nakoniec Steve, môj priateľ, v jednom z listov uvažuje v tomto ohľade nad základným posolstvom zážitku na prahu smrti:

Je to o živote, ktorý nemá žiaden koniec... Máme toto svetlo v nás. Vo vnútri sme všetci ako toto živé svetlo. Všetci sme stvorení tak, aby sme sa stali osobou zloženou z intenzívneho a milujúceho Svetla, ktoré nás víta na konci tunela.

Niet divu, že ľudia s takýmito zážitkami sú skalopevné presvedčení o živote po smrti tela. Aby sme ich viere lepšie porozumeli, uvediem niekoľko typických názorov mojich respondentov. Po tom, čo s pomocou Svetla nahliadli do kedysi tajných oblastí, plných tieňov, začínajú takto veriť v nekonečnosť života:

Viem, že po smrti je ďalší život! Nikto nemôže otriasť mojou vierou. Nemám nijaké pochybnosti — je plný pokoja a nieto sa čoho báť. Neviem, čo je za tým, čo som prežil, ale je toho pre mňa veľa... Viem iba, že smrti sa netreba báť, iba umierania.

Po vstupe do tohto Svetla... tá atmosféra, energia, jeho absolútna, čistá energia, jeho absolútne poznanie, jeho absolútna láska — všetko to je určite život po smrti, ak chcete... Výsledkom tohto zážitku je, že sa len veľmi málo bojím prirodzenej smrti... pretože ak smrť nie je nič iné, ako to čo som zažil, potom je to tá najúžasnejšia vec, na ktorú sa môžete tešiť, absolútne najúžasnejšia vec.

Mám odkaz pre ostatných, ktorí tu žijú svoj bežný pozemský život... „Existuje niečo viac.“ Naša identita bude pokračovať — na vyššej úrovni. Vaši priatelia sa nestatia. Spoznáte krásu, pokoj a lásku a pochopíte, že svetlo, ktoré vás obklopuje a naplňuje — je Boh.

Ten zážitok bol pre mňa požehnaním, pretože teraz s určitosťou viem, že existuje oddelenie medzi telom a dušou a že po smrti nasleduje ďalší život.

Dalo mi to odpoveď na otázku, nad ktorou sa každý musí raz v živote zamyslieť. Áno, existuje život po smrti! Krajší ako si dokážeme predstaviť. Keď ho raz spoznáte, uvidíte, že nič sa mu nevyrovná. Budete to jednoducho vedieť!

Co je na týchto citátoch zarážajúce - a ako vám ukážem, predstavujú názory väčšiny ľudí po zážitkoch na prahu smrti - nie je len ich spoločný názor, ale aj absolútna istota, s akou o ňom hovoria. V týchto svedectvách sa odzrkadľuje nielen tradičná viera v posmrtný život ale neotrasiteľná vernosť duchovným pravdám, ktoré títo ľudia zrejme jednoznačne pochopili pod vplyvom Svetla. Začíname tu chápať silu zážitku na prahu

smrti s akou nielen podporuje vieru v posmrtný život, ale pri naša *poznatie*, ktoré je zo subjektívneho pohľadu nesporné. Človek po tomto zážitku skrátka bez pochybností vie, že život smrťou nekončí, ale pokračuje na vyššej úrovni po tom, keď prestanú fungovať všetky telesné funkcie.

Štatistické prieskumy, ktoré usporiadali mnohí bádatelia od začiatku 80. rokov dokazujú, že tieto citáty nie sú iba starostlivo vybrané príklady. Jednu z prvých štúdií viedol kardiológ Michael Sabom a jej výsledky publikoval v knihe *Recollections of Death (Spomienky na smrť)* v roku 1982. Zo vzorky 61 respondentov, štyridsiati siedmi, čo je 77 percent, potvrdilo, že po zážitku sa ich viera v posmrtný život posilnila. V mojom rozsiahlom výskume *The Omega Project (Projekt Omega)*, sa rovnako vyslovilo 86 percent z celkového počtu sedemdesiatich štyroch mojich respondentov. Podobne v nedávnej štúdii konštatovala Cassandra Musgraveová, že zatiaľ čo iba 22 percent jej respondentov „úplne verilo“ v posmrtný život pred zážitkom, po ňom to už bolo 92 percent.² Najpresvedčivejšie údaje v tomto ohľade poskytla pred niekoľkými rokmi austrálska bádatelka Cherie Sutherlandová. V štúdií³ založenej na 50 respondentoch zistila, že pred zážitkom pomer veriacich k neveriacim bol v podstate: „päťdesiat a päťdesiat“, inými slovami, asi polovica v posmrtný život verila, zatiaľ čo ostatní buď neverili alebo, v niekoľkých prípadoch, nad tým vôbec neuvažovali. Po zážitku však každý z nich veril v určitú formu života po smrti! Bez rozdielu na ich minulé názory, zážitok na prahu smrti stačil na to, aby odstránil všetky pochybnosti - a to v každom z nich.

Veľký počet týchto výpovedí a istota, s akou ich vyslovujú, sa určite nestratila medzi tými, ktorí sa o túto oblasť zaujímajú. Pod vplyvom skepticizmu vedcov a filozofov, alebo aj nejasných a vyhýbavých postojov náboženských predstaviteľov by sme mohli ľahko akceptovať módný agnosticizmus v súvislosti so životom po smrti, alebo jednoducho odsunúť túto vieru na historické smetisko ako bludné predstavy. Keď však zástupy ľudí z celého sveta - včítane vedcov, fyzikov a filozofov, ako aj ľudí veriacich - jedným hlasom hovoria o živote po smrti a tvrdia to na základe vlastného stretnutia so smrťou, začína sa vo

všeobecne rozšírenom názore objavovať zarážajúca trhlina. Môžeme parafrázovať staré americké heslo: „Keď začínajú hovoriť umierajúci, ľudia počúvajú.“ A pri tom počúvaní, aj keď vždy neuveria, aspoň sa viere znovu otvoria. A tí, ktorí tomu už predtým verili, sa vo viere utvrdia.

Môžeme tu zasa odlišiť ďalší aspekt zážitku na prahu smrti ako užitočného vírusu. Rastúce poznanie týchto zážitkov v širokej verejnosti si vyžaduje prehodnotenie tejto otázky a pre mnohých sa táto spoločná istota umierajúcich ukazuje ako veľmi presvedčivá. Výsledkom je, že záujem o tieto zážitky nielen prináša nový pohľad na smrť, ale súčasne obnovuje tradičnú vieru v posmrtný život, ktorá v modernom svetskom živote smerovala k zániku.

VPLYV SVEDECTVA UMIERAJÚCICH NA VIERU V ŽIVOT PO SMRTI

Každý, kto sa oboznámi so zážitkami na prahu smrti, nevyhnutne sa musí zamyslieť nad životom po smrti. Bez ohľadu na množstvo argumentov, ktoré majú skeptici proti predčasným záverom, tieto zážitky stále pôsobia silným a presvedčivým príslubom. Veľa moderných ľudí dnes fascinuje nielen predstava, že moment smrti je taký nádherný a radostný. Tým skutočným dôvodom je skôr to, čo z neho vyplýva a to je to, že po smrti tela naozaj život pokračuje a je krásny.

To je určite jeden z hlavných dôvodov, prečo už od prác Moodyho a Elizabeth Kübler-Rossovej pred štvrtstoročím vzrušovali zážitky na prahu smrti predstavivosť verejnosti v celom západnom svete a prečo sa tešia širokému záujmu ešte aj dnes. Je to práve ten obraz smrti a všetko čo leží za ním, ktorý som vykreslil pomocou rozprávania umierajúcich a ktorý je práve tak neodolateľný ako nádherný. Napriek pretrvávaniu moderného skepticizmu vo väčšine z nás je stále čosi, čo túži po tom, aby vízia o posmrtnom živote bola pravdivá, niečo, čo sa chveje vzrušením nad možnosťou, že zážitky na prahu smrti prinesú nakoniec vierohodný dôkaz.

Preto je celkom prirodzené, ak sa po toľkých rokoch výsku-

mu a poznania týchto zážitkov opýtame aký majú vlastne účinok všetky tie svedectvá na vieru verejnosti v život po smrti. Dosiahol sa nejaký rozdiel?

Musím zasa s prekvapením konštatovať, že podľa môjho poznania, nemáme k dispozícii údaje zo žiadneho veľkoplošného prieskumu, ktoré by prezrádzali aký je postoj ľudí k smrti po ich oboznámení, či prejavennom záujme, o tieto zážitky. Osobne nepochybujem, že takýto prieskum by priniesol jednoznačné výsledky, musíme sa však zatiaľ uspokojiť s údajmi z iných štúdií. Môžem tu krátko spomenúť moje dva relevantné výskumy.

Prvý malý prieskum som uviedol v deviatej kapitole, v spojení s hypotézou užitočného vírusu. Na konci semestra som vykonal prieskum medzi študentmi (kolegyňa s rovnakým obsahom kurzu to urobila na inej univerzite), ktorý sa týkal možných zmien v ich presvedčeniach a postojoch. Jedna otázka smerovala k viere v život po smrti. Celkovo 82 percent z nich potvrdilo, že ich viera v posmrtný život sa pod vplyvom informácií o zážitkoch na prahu smrti posilnila. Ich odpovede takto napodobňujú skutočný účinok samotného zážitku a teda potvrdzujú hypotézu užitočného vírusu.

Tieto zistenia sú pôsobivé z ďalších troch dôvodov, ktoré vám nemusia byť také zrejmé. Prvý je ten, že väčšina mojich študentov verila v posmrtný život už pred otvorením kurzu. Napriek tomu, u viac ako štyroch z piatich študentov sa viera v priebehu kurzu posilnila. Po druhé, ani u jedného nedošlo k oslabeniu viery. A po tretie, osobné komentáre v dotazníkoch ako aj v ich denníkoch boli jasným dôkazom toho, ako hlboko na nich zapôsobili svedectvá, ktoré v priebehu semestra počuli, a to nielen čo sa týka ich viery v posmrtný život.

Moja druhá štúdia súvisí s prácou *The Omega Project*. Možno si pamätáte, že v nej išlo o porovnanie vzorky 74 študentov môjho kurzu s 54 člennou kontrolnou skupinou, ktorá zážitok na prahu smrti nemala, ale vedelo sa o nej, že sa oň zaujíma. Relevantná je práve druhá skupina. Aj v nej sa po informáciách z tejto oblasti vo vyše 80 percentách posilnilo presvedčenie o živote po smrti.

Ako som už v tejto knihe naznačil, v záznamoch mám veľa ďalších dokumentov, väčšinou listov, ktoré svedčia o tom

istom účinku. Nechcem vás však zaťažovať ďalšími citátmi na ilustráciu tejto propozície. Hoci nemôžeme povedať, že samotné poznanie zážitkov na prahu smrti *nevyhnutne* vedie k viere v posmrtný život, ak človek o tieto informácie prejaví záujem, je veľmi pravdepodobné, že nastane posun v jeho názore ako u tých, ktorí zážitkom na prahu smrti prešli. Opäť sa zdá, že svedectvo umierajúcich hlboko zasiahlo tých, ktorí ho prišli počúvať.

Aby som však bol celkom konkrétny, musím vám pripomenúť, že vy — ako vzorka pozostávajúca z jedného človeka — ste práve ten, na ktorom záleží. Ak ste došli v tejto knihe až po toto miesto, je zrejmé, že sa o zážitky na prahu smrti zaujímate. Podobne ako moji študenti dostali ste množstvo informácií o zážitkoch na prahu smrti vrátane vízií z tejto kapitoly o údajnom živote po smrti. Možno by stálo za to, aby ste sa na chvíľu zamysleli nad tým, ako zapôsobili všetky tieto informácie na vaše vlastné presvedčenie. Ak si spomeniete ako ste o tom zmýšľali pred čítaním tejto knihy, budete môcť posúdiť, do akej miery vás ovplyvnila. Možno ste už, podobne ako mnohí moji študenti, v nejakú formu života po smrti verili už predtým. Pri hlbšom zamyslení však možno v koncepcii života po smrti objavíte nejaké významné kvalitatívne zmeny ako aj celkovú zmenu v presvedčení, že po smrti vás takýto život očakáva. Chcel by som vás v každom prípade požiadať, aby ste na chvíľu pouvažovali nad tým ako materiály v tejto knihe, zvlášť v posledných kapitolách ovplyvnili váš postoj k smrti a životu po nej. Ak by ste sa ocitli na hranici medzi životom a smrťou teraz, čo si v tej chvíli predstavíte a čo asi bude pokračovať, až ju prekročíte?

PREDSTAVA O ŽIVOTE PO TELESNEJ SMRTI

Vynikajúci psychiater Carl Gustáv Jung, ktorý mal sám vo veku 70 rokov hlboký zážitok na prahu smrti, bol nadšeným zástancom takéhoto druhu imaginatívneho cvičenia. V slávnej knihe *Memories, Dreams, Reflections* (*Spomienky, sny, úva-*

hy) vyzýva čitateľov: „Človek by si mal raz povedať, že urobil čo mohol, aby si vytvoril koncepciu o živote po smrti, alebo aby si o ňom urobil nejaký obraz - hoci musí priznať svoj neúspech. Je jeho osudovou stratou, ak to nespraví.“⁴ I keď sa vystavujem riziku, ak nebudem celkom súhlasiť s takou významnou osobnosťou, nechcel by som pri tomto cvičení zachádzať tak ďaleko. Myslím, že pre naše účely postačí, ak budeme presvedčení, že niečo naozaj nepredstaviteľne krásne nás pri prechode do Svetla očakáva, osobne by som sa zdráhal, keby som si mal predstaviť niečo veľmi konkrétne.⁵ V tomto ohľade som bližšie k jednému môjmu respondentovi, ktorého som už citoval. Po vyjadrení o jeho absolútnej istote povedal: „Neviem, čo je za tým, čo som prežil, ale je toho veľmi veľa.“

Mám niekoľko dôvodov, prečo nechcem Jungovo napomínanie plniť bezvýhradne. Po prvé si myslím, že podrobnosti ďalšieho putovania po smrti sú tak nekonečne rozmanité, že by bolo veľkou aroganciou chcieť si predstaviť jeho priebeh v každom prípade. Cesta človeka po smrti musí začínať z určitého spoločného scenára, ktorý tak dobre z rozprávania umierajúcich poznáme. Vieme, že začína vnímaním čistého svetla prapôvodnej božskej nádheru duše, po ktorom nasleduje životný prehľad a ďalšie štandardné prvky zážitku na prahu smrti. Po nich však musia nasledovať osobitosti posmrtnej cesty každého jednotlivca, ktoré už nemôže samotný zážitok na prahu smrti predpovedať.

Po druhé, hoci sme si už zvykli na reč, ktorou ľudia opisujú svoje zážitky, nesmieme zabúdať, *it podstata* týchto zážitkov presahuje všetky jazykové alebo obrazové výrazové prostriedky, ktoré sú nám dostupné v bežných stavoch vedomia. Ak sa teda snažíme opísať stav po smrti tela príliš podrobne, vystavujeme sa nielen riziku istej arogancie, ale hrozí nám nebezpečenstvo, že zážitok plný symbolických významov a zábleskov vyššieho vedomia zdegradujeme na čosi doslovné, banálne a plné konvenčných, stereotypných predstáv. Napriek vedomostiam o zážitkoch na prahu smrti, naša vlastná cesta bude taká, ako to J. S. Haldane povedal o vesmíre. Tu je parafráza na jeho slávny bonmot: Naša smrť nebude pre nás iba zvláštnjšia ako

predpokladáme, bude ešte zvláštnjšia ako si vieme vôbec predstaviť. Nechcem tým povedať, že náš zážitok po smrti bude *zvláštny*, ale len to, že bude asi taký odlišný od toho, čo sme si možno predstavovali, aby sme nemali vynakladať príliš veľa energie na presviedčanie seba samých, že vieme viac ako naozaj vieme.

A tretí dôvod je, že prílišné sústredenie na život po smrti nás môže často zavádzať a podobne ako sirény odpútavať od úloh, pre ktoré sme prišli do tela, aby sme sa ich tu naučili a v praxi aj zrealizovali. K tomuto aspektu sa však chcem vrátiť ešte neskôr.

Najskôr však musím spresniť, čo som práve uviedol, aby ne-nastalo nejaké nedorozumenie. Nechcem tvrdiť, že nemá zmysel čítať všetku dostupnú a rozsiahlu literatúru, ktorá prináša dôkazy o posmrtnom živote a sám mám veľa týchto kníh. Mnohé napríklad opisujú kontakty so zomrelými, vízie na smrteľnej posteli, prípady reinkarnácie alebo regresie do možných stavov vedomia medzi životmi, ktorých závery sú vo veľmi dobrej zhode s výskumami zážitkov na prahu smrti a s hypotézou prežitia telesnej smrti. Mohol som teda citovať oveľa viac takýchto prípadov, alebo uviesť niekoľko ďalších vlastných a priniesol tak ešte viac dôkazov na podporu posmrtného života, či o jeho predstave, ako o nej hovorí Jung. Podobne by som mohol pokračovať v stope zážitkov na prahu smrti, ktorá končí, takpovediac pred jej bránou a mohol by som siahnuť po spisoch rôznych duchovných adeptov, ktorí tvrdia, že preskúmali celú oblasť posmrtného života. Ak vás tento druh literatúry priťahuje, nájdete určite bez problémov mnohé zaujímavé tituly.

Ako vidíte, nešiel som touto cestou z dôvodov, ktoré som uviedol. Môj cieľ v tejto kapitole bol oveľa konkrétnejší a zameraný na jedno: chcel som, aby ste si ešte viac uvedomili jednu skutočnosť, *že zážitok na prahu smrti podporuje vieru v posmrtný život*. Bodka. Preto som na začiatku kapitoly na konkrétnych prípadoch ukázal, na základe čoho sú títo ľudia takí presvedčení, že aj po smrti žijeme ďalej a aká je táto viera po kontakte so smrťou pre všetkých spoločná.

Moje vyhybanie sa ďalším podrobným údajom má veľa do

činenia s posledným dôvodom, ktorý som k tomu uviedol a ku ktorému sa teraz vraciam. Prílišná sústredenosť na život po smrti by mohla totiž odpútať našu pozornosť od *tohto* života, v ktorom máme v praxi uskutočňovať posolstvo Svetla. Pre mňa i pre vás, skutočným príslubom zážitku na prahu smrti nie je ani tak to, čo hovorí o živote po smrti — nech sú už jeho vízie akokoľvek inšpirujúce a utešujúce - ale to, čo hovorí o tom ako žijeme *teraz*. Koniec koncov nie sme ešte mŕtvi! Možno čítate túto knihu, aby ste si ujasnili otázky o smrti, dúfam a verím, že sa tak aj stalo, ale mojím cieľom bolo, aby ste sa pomocou zážitkov umierajúcich naučili ako máte žiť, alebo ako žiť lepšie, s lepším sebapoznáním, s väčším súcitom k sebe samému a záujmom o druhých. Žite dobre a smrť sa už postará o seba sama.

Existuje ešte jedno, dokonca rafinovanejšie nebezpečenstvo, hoci pochybujem, že by mu pozorný čitateľ tejto knihy podľahol. Pramení práve z nadmernej zaujatosti nad možnosťou nesmrteľnosti vyplývajúcej zo zážitku na prahu smrti. Jednoducho povedané ide o to: rozsiahla publicita zážitkov na prahu smrti a nádej budúceho života, ktorú vyvoláva, môže ľahko zvädzať mnohých ľudí k postoju akejsi pohodlnej spokojnosti. Koniec koncov, Svetlo osvecuje a prijíma vo svojej žiare všetkých rovnako a bezvýhradne. Každý, ako sme videli, vchádza do večnosti v atmosfére všetko prenikajúcej, čistej lásky, ktorá sa zjavuje duši v požehnanej imanentnej božskosti. Zdôrazňovať však iba Svetlo, alebo predpokladať, že ono samo zariadi, aby po smrti všetko bolo v poriadku bez ohľadu na to ako sme žili, je podľa mňa naivným a nesprávnym pochopením posolstiev týchto zážitkov. Preto v knihe tak zdôrazňujem dôležitosť poučenia zo životného prehľadu a na druhej strane tvrdím, že bezvýhradná a nesúdiaca láska Svetla neznamená, že všetko správanie sa prijíma rovnako a že „všetko je dovolené“.

Zážitok na prahu smrti nás v skutočnosti učí opaku, že totiž práve v tejto chvíli a celým životom si píšeme scenár našej cesty po ňom, že nikto iný ako my sme tvorcami nášho osudu po smrti. Svetlo naozaj môže vyžarovať našu pravú podstatu a rozptýliť osobný pocit viny, ale nemôže nás zbaviť zodpovednosti

za vlastné životy. Po smrti tela sa nám naskytne pohľad — možno bolestný - nielen na našu pravú podstatu, ale aj na to, ako sme naozaj žili.

Hoci nám teda zážitok na prahu smrti hovorí o tom, čo nás čaká po ňom, v podstate nás chce naučiť ako máme žiť teraz. Pripomína nám to veršami aj veľký indický básnik Kabir:

Priateľ, čakaj na Hosťa, kým si nažive.
Vrhaj sa do zážitkov, pokiaľ žiješ!
Rozmýšľaj... a rozmýšľaj... kým žiješ.
Co voláš „spasenie“, to patrí času pred smrťou.

Ak nezlomíš putá kým si nažive,
myslíš si,
že duch to spraví potom?
Čo nachádzaš teraz, nájdeš i neskôr.
Ak nenachádzaš teraz nič,
skončíš prosto s obydlím
v Meste Smrti.⁷

To všetko neznamená, že sme teraz pripravení sústrediť celú pozornosť zasa späť iba na tento svet. Kým tak urobíme, čaká na nás ešte to najzávažnejšie a najvyššie poučenie s ďalekosiahlymi následkami, ktoré si môžeme zo zážitkov na prahu smrti odniesť do každodenného života. Nejde pritom o ďalšie poučenie, ale o vrcholné posolstvo Svetla. Prichádza k nám v najvýrečnejšej a dokonalej forme od tých, ktorí sa na ceste dostali až za Svetlo a zašli tak ďaleko ako nikto z doteraz uvedených pútnikov. Okrem dokonanej smrti prešli po celej ceste.

Poznámky

- 1 Ring: *Heading toward Omega*, str. 61-62.
- 2 Cassandra Musgrave: „The near-death experience: A study of transformation“ (Zážitok na prahu smrti: Štúdia premeny, *Journal of Near-Death Studies*, 15(3), 1997, str. 194.
- 3 Cherie Sutherlandová: *Transformed by the light* (New York: Bantam, 1992).

- 4 Carl Jung: *Memories, dreams, reflections* (New York: Vintage, 1961), str. 302.
- 5 O alternatívnom prístupe k životu po smrti pojednáva moja esej „Shamanic initiation, imaginal worlds and light after death“ (Samanská iniciácia, imaginálne svety a svetlo po smrti), v G. Doore (Ed.) *What survives? (Co prežíva?)* (Los Angeles: Tarcher, 1990).
- 6 Nedávny pokus v tomto smere vykonal a opísal Leon Rhodes v knihe: *Tunnel to eternity: Beyond near-death (Tunel do večnosti: Za prahom smrti)*, (West Chester, PA: Chrysalis, 1997), v ktorej sa opiera o spisy slávneho švédskeho vizionára Emanuela Swedenborga.
- 7 Z knihy Roberta Bly: *The Kabir book*, Boston: Beacon, 1977), str. 24-25.

*Cesty k zdroju:
Najvyššie posolstvo Svetla*

Na našej exkurzii do posmrtných oblastí sa dostávame blízko k samotnému jadru tajomstva samotného stvorenia. Rozprávanie týchto ľudí nás môže prinajlepšom naplňať údivom, ale nikdy nám nemôže poskytnúť dokonalú istotu. Niekoľkí ľudia sa však dostali ďaleko za oblasť, ktorú poznajú takmer všetci umierajúci a ich výpovede o ceste takpovediac za Svetlo, nám tak odhaľujú doteraz skrytý žiarivý vesmír, ktorý zrejme úzko súvisí so samotným najvyšším zdrojom stvorenia. Z hľadiska týchto mimoriadnych zážitkov sa doteraz uvedené zážitky na prahu smrti, hocijako krásne, môžu zdať neúplné a podávajú nám iba časť toho, čo túžime poznať celé. Cesty za Svetlom, o ktoré sa chcem teraz s vami podeliť, takmer vždy hovoria či naznačujú existenciu *druhého* svetla, akéhosi vrcholného Svetla, zdroja všetkého, miesta odkiaľ prichádzame a kam sa všetci nevyhnutne vrátíme. Ľudia, ktorí boli touto cestou obdarovaní, sú možno najlepšie pripravení, aby nám odovzdali to, čo azda môžeme nazvať „najvyšším posolstvom Svetla.“ Z neho potom môžeme, slovami veľkých duchovných tradícií, extrahovať základné „učenie o múdrosti“ obsiahnuté v zážitkoch na prahu smrti.

V tejto kapitole, ktorá efektívne uzavrie naše dlhé meditovanie o tajomstve a význame zážitku na prahu smrti, by som chcel podať niektoré najhlbšie a najpôsobivejšie svedectvá, ktoré nám môžu poodhaliť tie najskrytejšie a najúžasnejšie tajomstvá. Keď budete tieto príbehy čítať, budete si môcť so sebou vziať niekoľko najkrajších a najinšpirujúcejších prejavov učenia

o zážitku na prahu smrti: nie len niektoré ďalšie poučenia, ale poklady Svetla, ktoré niektorí privilegovaní, po svojom blízkom stretnutí so smrťou, priniesli pre úžitok nás všetkých.

Mellen-Thomas Benedict

Mellen-Thomas Benedict je nepochybne jedným z najpozoruhodnejších ľudí so zážitkom na prahu smrti, akých som stretol. Žije teraz v Kalifornii a úspešne rozvíja liečenie pomocou svetla založené na informácii z jeho zážitku. Prvýkrát som ho stretol v Baltimore v roku 1992. Tento človek, spolu s jeho stručným opisom zážitku, ma veľmi zaujal a neskôr som sa s niekoľkými priateľmi vybral za ním do Fayetteville v severnej Karolíne. Počas tejto krátkej návštevy v novembri 1992 som nahral náš neformálny a spontánny rozhovor, v ktorom mne a mojím priateľom opísal niektoré časti neobyčajne zložitého a dlhého zážitku na prahu smrti. Uvádžam ďalej redigovanú verziu časti tohto rozhovoru o jeho ceste k tomu, čo on sám nazýva „druhé svetlo“. Už z tohto úryvku ľahko pochopíte, prečo si myslím, že jeho príbeh je jeden z najpozoruhodnejších a najdôležitejších spomedzi všetkých, ktoré som počas svojej práce počul. Jeho príbeh dokazuje, čo všetko sa môže človek dozvedieť o podstate samotnej reality, ak má neuhasiteľný smäd po poznaní a vie položiť Svetlu správne otázky.¹

Pozadie jeho zážitku na prahu smrti sa vyvíjalo takto: v roku 1982 ho postihla nediagnostikovaná mozgová choroba a lekári mu predpovedali šesť až osem mesiacov života. V tomto čase skutočne „zomrel“ na čas, ktorý odhaduje na vyše poldruha hodiny a niekedy v tomto intervale prešiel veľmi hlbokým zážitkom. Začnem tu úryvkom z nášho rozhovoru, keď opisuje počiatkové fázy svojej cesty:

A ďalšia vec, ktorú viem je, že stojím v tej tmavej izbe a na posteli je moje telo a akási tma a pozriem dolu a poviem si: „Ó“. Je to isté prekvapenie, lebo stále sa cítite reálne. Viete, je to ako, som tu, ale som aj tam. Vtedy niekedy sa celá stena zmenila na scénu tmavého lesa, za ktorým vychádzalo slnko. Cez ten les viedol chodník a keď som sa naň pozrel, pomyslel som si: „Človeče, na-

ozaj tam chcem ísť. " Pohl som sa k nemu a vtedy som si zrazu uvedomil: „Ach, už viem, čo sa deje. Zomrel som. Viem, že keď pôjdem tým chodníkom na kraj lesa a vojdem do toho Svetla, budem mŕtvy."

Ale bolo to také, také pokojné a cítil som sa tak dobre. Nikdy som sa tak na Zemi necítil. Tak som sa pustil tým chodníkom a to svetlo sa stále zväčšovalo. Keď už bolo veľmi veľké, začal som vidieť to, čo nazývate spomienky na minulosť, akýsi prehľad o živote. A videl som veci, z ktorých som bol smutný a cítil som aký som bol nešťastný vtedy a podobné scény a tak som si povedal „Dost!" a všetko sa okamžite zastavilo! Prekvapilo ma to, prestalo to. A zrazu som si uvedomil, že je to určite interaktívny zážitok, pretože môžem s ním komunikovať.

Tento objav z jeho strany, že môže naozaj so Svetlom komunikovať a nie je len v úlohe pasívneho pozorovateľa, bol preňho rozhodujúcim a vďaka nemu pokračoval na ceste tak odlišnej od väčšiny ostatných zážitkov. Pokračuje:

A tak ďalšia vec, ktorú poznávam je, že smerujem k tomu Svetlu. Je to niečo ako cesta tunelom. Idem teda k tomu Svetlu a opäť si hovorím: „Stop!" a zastavil som sa. A povedal som — nepamätám si presne na slová, ale bolo to niečo ako: „Myslím, že viem čo si, ale naozaj chcem vedieť čo v skutočnosti si." Akoby som mu povedal, aby sa mi odhalilo, čím toto Svetlo vlastne je. Počul som, že je Ježiš a počul som, že je to alebo tamto.

A vtedy sa mi to Svetlo odhalilo na takej úrovni, na akej som nikdy predtým nebol. Neviem to vyjadriť slovami. Bolo to najskôr akési telepatické pochopenie, veľmi živé. Mohol som ho priamo cítiť. Ja som to Svetlo cítil. To Svetlo jednoducho reagovalo a odhalilo sa na ďalšej úrovni a pochopil som, že mi hovorí. „Ano, pre väčšinu ľudí, podľa toho odkiaľ pochádzajú, mohlo byť Ježišom, mohlo byť Budhom, Krišnom, čímkoľvek."

Opýtal som sa však: „Co si ale v skutočnosti?" A to Svetlo sa zmenilo na —jediná vec, ktorú vám môžem povedať, zmenilo sa na matricu, mandalu ľudských duší a videl som že to, čo nazývame naším vyšším Ja v každom z nás, je práve táto matrica. Je to tiež čosi, ako nejaký kanál, ktorý nás vedie k zdroju, od ktorého

sme priamo vyšli. A veľmi jasne som si uvedomil, že všetky vyššie Ja sú spojené ako jedna bytosť, že všetci ľudia sú spojení ako jedna bytosť, v skutočnosti sme tou istou bytosťou, rôznymi aspektmi tej istej bytosti. A videl som tú mandalu ľudských duší. Bola to tá najkrajšia vec, akú som kedy videl (hlas sa mu chveje), prosto som do nej vošiel (hlas mu zlyháva), bolo to niečo úžasné (nie je schopný ďalej hovoriť), bolo to ako všetka láska, po ktorej ste stále túžili a bola to láska, ktorá lieči, uzdravuje a obnovuje.

Akokoľvek bol Mellen ohúrený svojím zážitkom, pokračoval v hľadaní odpovedí na svoje otázky:

M: A čím hlbšie som do nej vstupoval, tým viac som stále opakoval: „Chcem vedieť, naozaj chcem vedieť, čo sa to deje. "Jednoducho som stále hovoril: „Chcem vedieť, chcem vedieť." Vzalo ma to do Svetla a na moje prekvapenie, prásk! Ako keď sa prekoyiá zvuková bariéra, tak nejako som cez neho prešiel. A ak si viete predstaviť vyššie Ja — je to skôr niečo ako potrubie, pupočná šnúra, alebo niečo také. Vtedy sa mi zdalo, že ma to kamsi ťahá. Nevie, či som sa pohyboval cez priestor, ale zrazu som videl ako letí preč celý svet. Videl som okolo letieť slnečnú sústavu. Videl som galaxie a — pokračovalo to ďalej.

Nakoniec sa ma zmocnil pocit, že prechádzam cez všetko čo kedy bolo. Videl som všetko — galaxie sa menili na malé hviezdy a zhľuky galaxií a svetly nasledovali za svetmi a energetickými oblasťami — bol to jednoducho úchvatný pohľad. Mal som pocit, že sa môj pohľad niekam zaostruje, ale myslím, že to bolo moje vedomie, ktoré sa tak rýchle rozširovalo. Všetko prebiehalo tak rýchlo, ale vnímal som všetky detaily a vtom prišlo priamo ku mne ďalšie svetlo a keď som doň narazil, bolo to (pauza) ako keby som sa rozplynul alebo niečo také. A vtedy som pochopil, že som prešiel veľkým treskom. Bolo to vôbec to prvé svetlo a ja som prešiel cez veľký tresk. To je to, čo sa stalo. Prešiel som cez tú membránu do toho — vedci by to nazvali asi Prázdnom. Zrazu som bol v tom Prázdne a vnímal som všetko, čo bolo stvorené. Bolo to akoby som pozeral očami Boha. Stal som sa Bohom.

K: Dostali ste sa k zdroju všetkého.

M: Ano. Zrazu som to už nebol viac ja. To jediné, čo môžem

povedať je, že som sa pozeral očami Boha. A zrazu som poznal dôvod existencie každého atómu a videl som všetko. A ostal som v tom priestore, neviem ako dlho. A viem, že sa tam so mnou stalo niečo podstatné.

A potom sa zážitok začal vracat' naspäť. Šiel som späť cez veľký tresk a vtedy som pochopil, že všetko od veľkého tresku, od toho, čo nazývajú prvým slovom, je v skutočnosti prvá vibrácia. Bolo to miesto ešte pred prvou vibráciou.

Ako sa začína vracat', Malcolm prežíva celý rad ďalších odhalení o podstate skutočnosti a ducha. Ja sa však chcem zamerať na niektoré jeho ďalšie poznámky týkajúce sa samotnej podstaty Boha:

To zaujímavé, čo som zistil v tej prázdnote je, že Boh tam nie je. Boh je tu (smeje sa). O tom to všetko je. Celé to hľadanie ľudstva, ísť niekam a hľadať Boha... Boh dal všetko nám, všetko je tu. A to, čo teraz hľadáme, je vlastne Božie pátranie po Bohu skrze nás. Ľudia sa tak snažia stať Bohom, že by si mali uvedomiť, že už Bohom sme a Boh sa stáva nami. To je to o čo tu naozaj ide.

Nakoniec sa Mellen vracia k tomu, čo nazýva „prvé Svetlo“, cez jeho bránu dokázal preniknúť vďaka neustálemu vyzvedaniu až ku konečnému zdroju samotného stvorenia. Ale jeho vízia pri návrate nie je tá istá ako tá, ktorou začal:

M: Keď som sa zasa vrátil k prvému Svetlu — a bolo tam všetko, čo sa stalo medzi druhým a prvým Svetlom (z čoho som tu uviedol iba časť) — bolo to ako spätný chod, ale tentokrát som videl všetko v energetickej forme, ako čistú esenciu, akoby som vás mohol vidieť vo forme atómov. Bol to naozaj úžasný pohľad, vidieť celý vesmír, ako ho poznáme, ako formu energie a všetka medzi sebou reagovala a mala svoje miesto a reakcie a rezonancie. Prebiehal tam neuveriteľný tanec. Potom sa objavilo druhé Svetlo, tá matrica a zasa som prechádzal tým miestom...

K (preruší ho): Vyzeralo stále ako matrica ľudských duší?

M: Och, áno, áno. Ale bolo to viac ako iba ľudské duše. Ľudské duše boli jej časťou. Pri návrate späť som videl celú Gaiu a bolo to

predtým ako som pojem Gaia poznal. Videl som, že slnečná sústava, v ktorej žijeme, je naše väčšie, rozšírené telo. Je to naše telo v priestore a my sme oveľa väčší ako si vieme predstaviť. Videl som, že slnečná sústava je naše telo. Ja som jej súčasťou a Zem je tou veľkou stvorenou vecou, ktorou sme my a sme časťou toho čo vie, že existuje. Ale my sme iba jej časťou. Nie sme všetkým, ale sme časťou toho, čo si to uvedomuje.

Na konci rozhovoru som sa snažil ujasniť a extrahovať podstatu toho, čo nám chcel Mellen povedať o svojej ceste k druhému Svetlu a ešte ďalej.

K: Keď ste hovorili o prvej časti vášho zážitku, mal som dojem, že hovoríte, že v istom zmysle vaše vedomie sa vracalo späť v čase 15 miliárd rokov k veľkému tresku a tým ste mysleli to druhé Svetlo?

M: Áno.

K: Čo ste vnímali ako druhé Svetlo bol v podstate návrat k počiatkovej žeravej guli, ktorá stvorila fyzický život. Potom ste šli v istom zmysle, cez veľký tresk, späť do stavu bez času, do Prázdnoty a zažili ste odhalenia, ktoré ste opísali. Bolo to, akoby ste sa vracali a videli to z Božej perspektívy, Božími očami, videli ste čistú energiu vesmíru a nakoniec ste prišli späť do vášho konkrétneho prostredia, ale videli ste ho v kozmickom kontexte.

M: Ano, mal som to vysvetliť, pretože cestou späť som strávil dosť času so Svetlom. A keď som bol v Prázdnote, mal som pocit, že vnímam veci, ktoré boli skôr, ako som bol stvorený.

Ako som naznačil na začiatku, citoval som len časť jeho výpovede. Myslím však, že aj to stačí, aby sme pochopili, že Mellen mal víziu absolútnej celistvosti, v ktorej sú veci spojené v kozmickom pradiave organickej jednoty. Viditeľný vesmír je vesmírom navzájom prepojených vibrujúcich polí, akýmsi tancom dokonalej harmónie, v ktorej, ako hovorí Blake: „Energia je večnou radosťou“ a všetko svedčí o imanentnej prítomnosti Boha. V jeho samotnom centre sa z Prázdnoty odvíja žiarivé Svetlo, ktoré niektorí nazvali Centrálné Slnko a možno je me-

taforou fyzickej reprezentácie veľkého tresku, vzniku všetkého, vrátane hviezdneho prachu, z ktorého sme stvorení aj my. Pretože všetky veci sú v tejto vízii života vlastne jednou spoločnou vecou, ľudské bytosti — a vlastne všetky živé bytosti — sú jedným nerozdeliteľným telom a ako také nie sú od Boha oddelené, ale sú manifestáciou jeho samotného.

Takýto pohľad na vesmír sa naskytol Mellenovi počas jeho cesty. Reálnosť tohto obrazu však nezávisí iba od jeho zážitku, pretože aj iní sa dostali k tomu istému zdroju a ich výpovede sú veľmi blízko jeho opisu. Skrátka, podobne ako samotný zážitok na prahu smrti, aj tieto cesty k prvotnému Svetlu, hoci ich podnikla iba hŕstka jednotlivcov, vytvárajú zrejme spoločnú víziu konečnej podstaty našej reality. I pri odlišnom opise svojich príbehov používajú však podobné metafory. Venujme sa preto niektorým ďalším príbehom, aby sme tak mohli jasnejšie rozlíšiť vzácne pravdy, ktoré nám títo cestovatelia tak túžia povedať.

Howard Storm

Howard Storm, profesor teórie umenia, bol pred zážitkom ateistom, po ňom sa stal božím služobníkom. Premenu musel spôsobiť veľmi hlboký zážitok, ktorý ním dokonale otriasol a keby ste si mohli prečítať celý jeho príbeh, vaša zvedavosť by bola určite uspokojená.² Jeho zážitok bol veľmi zložitý a obsahoval prvky pekelné i nebeské, ktoré sa nedajú jednoducho zhrnúť či prerozprávať. Namiesto nich sa budem venovať jednému aspektu, ktorý očividne súvisí so žiariacim ústredným zdrojom všetko prenikajúcej Inteligencie, akú opisoval Mellen.

Poznám Howarda len na základe korešpondencie a telefonických rozhovorov, včítane 45 minútového interview, ktoré som s nim viedol 21. januára 1993. Na konci trojtýždňového pobytu so študentmi umenia v Európe, sa 1. júna 1985 v hotelovej izbe v Paríži zrútil v takých bolestiach, že mal pocit, akoby do neho niekto strelil. Vyšetrenie ukázalo, že nastala perforácia dvanástnika a život mu mohla zachrániť iba rýchla operácia. O niekoľko hodín už ležal v jednej z parížskych nemocníc, čakal na operáciu a vtedy nastal uňho zážitok na prahu smrti.

V jednej chvíli, po mimoriadne desivých epizódach sa Howard, napriek ateizmu, začal modliť a zrejme na jeho naliehavú, úprimnú prosbu ho zachránila žiariaca svetelná bytosť „vyžarujúca viac lásky, ako si vôbec človek dokáže predstaviť“. Uvádzam úryvok z jeho rozhovoru s Judith Cressyovou³:

Milovala ma ohromujúcou silou. Po všetkom čo som prežil, ma táto svetelná bytosť dokonale poznala, prijímala a intenzívne milovala a to prekonalo všetko, čo som vedel alebo bol schopný si predstaviť. Začal som plakať a slzy mi neprestávali tiecť.

Zahalila ma žiarivá bytosť a začal som stúpať. Spočiatku pomaly a potom sme ako raketa vyleteli z tohto tmavého nechutného miesta. Cítil som, že sme prešli ohromnú vzdialenosť, hoci očividne uplynulo len málo času. Potom som v diaľke zazrel obrovskú ožiarенú oblasť, ktorá vyzerala ako galaxia. V jej strede bola obrovská svetelná koncentrácia. Na okraji tohto centra prelietavali nespočetné milióny svetelných gúl. Vstupovali a vystupovali z toho stredu, ktorý by som nazval veľké Súčno.

Žiara, ktorá vychádzala zo svetelných oblastí, obsahovala nádherné farby takého rozsahu a intenzity, že presahovali všetko, čo som ako umelec zažil. Bolo to ako keď sa pozeráte na opalizáciu pri pohľade na bielu perlu alebo na trblietanie diamantu.

Keď sme sa blížili k veľkému žiariacemu centru, prenikol ma pocit hmatateľného žiarenia, ktoré som vnímal ako intenzívne pocity a myšlienky. Ľudia so zážitkami na prahu smrti o ktorých som už čítal, hovorili, že mali prístup ku všetkému poznaniu. Keď sa ich potom na to pýtajú, pamätajú si veľmi málo alebo nič. Bolo to tak aj v mojom prípade. Vtedy som mal pocit, že som sa dotýkal všetkého, ale neskôr som na to poznanie zabudol. A počas mojej prítomnosti pri tom veľkom svetle bolo obdobie, keď som bol úplne bez myšlienok. Tá výmena medzi nami sa nedá nijako opísať. Jednoducho som vedel, že Boh ma miluje.

Aj v tomto príbehu vidíme rovnakú konšteláciu motívov: cesta (Howard pri rozhovore so mnou tento výraz označil za výstižný) k strednému bodu obrovského svetla (mne povedal, že to bola obrovská „kongregácia“ svetiel s mimoriadne žiari-

vým jadrom, ktoré však vnímal akoby z diaľky), z ktorého vyžarovala intenzívna láska a absolútne poznanie.

Norman Paulsen

Hoci sú takéto hlboké zážitky zriedkavé, nie sú obmedzené iba na ľudí v životnom ohrození. V niektorých prípadoch k podobným cestám dochádza napríklad počas hlbokej meditácie. Jedným z takýchto ľudí je Norman Paulsen, duchovný učiteľ a dlhodobý žiak indického guru Paramhansu Joganandu. Mal som to šťastie, že som s ním strávil niekoľko dní v lete 1987. O svojom mimoriadnom živote a duchovných zážitkoch (medzi nimi bolo aj niekoľko zážitkov na prahu smrti; teraz však s našou témou nesúvisia) napísal fascinujúcu knihu *Christ Consciousnesť (Kristovo vedomie)* a vyberám z nej niekoľko úryvkov.

Zážitok, ktorý nás zaujíma, sa stal počas jeho sedem hodinovej meditácie, 4. februára 1952. Praktizoval vtedy Krija jogu, ktorú sa naučil od jeho guru. Pre nás je pozoruhodné, že aj Paulsen hovorí o zážitku ako o „*cestě do stredu Veľkého centrálného slnka*“ (str. 194). Uvádzam tu krátke zhrnutie niektorých hlavných rysov jeho cesty spolu s vybranými citáciami samotného autora.

Keď sa ponoril do meditačného stavu, prvé, čo si uvedomil, bola „obrovská a intenzívna energia“ v základni jeho chrbtice, ktorá stúpala nahor ako plamene. (Je zrejmé, že tu aktivoval mechanizmus zvaný *kundaliný*). Hlava sa mu prudko zaklonila dozadu a pred sebou zbadal

kolosálnu žiarivú guľu.... valí sa priamo na mňa! Akoby zo všetkých strán sa ozýva neuveriteľný hlas. „Synu môj, si pripravený dnes zomrieť a ostať tu so mnou?“ „Ano, môj pane, som pripravený zomrieť a odísť s tebou.“ Necítim v sebe nijaký strach. Idem zomrieť a idem s tým koho milujem viac ako čokoľvek iné. Tá mihotavá, pulzujúca guľa exploduje všade okolo mňa s trblietaním aké som nikdy nevidel. A teraz sám vírim v tomto neuveriteľnom svetle (str. 197).

(Aj Howard Storm povedal, že sa ocitol vo vnútri toho svetla).

Rozt'ahujem sa ako guľa, šírim sa všetkými smermi nepredstaviteľnou rýchlosťou... Teraz sú všade okolo mňa, tie bytosti zo svetla. Ano, tvoje obrazy prúdia priamo cezo mňa — hviezdne systémy, galaxie, vesmíry. Ja existujem v nich a oni vo mne... Extáza, cítim sa za hranicami všetkého, čo som kedy vedel. (str. 198)

Ten hlas... hovorí zasa, ale odkiaľ prichádza? Je môj a predsa nie je môj. Čo to hovorí? „Môj syn, môj syn, videl si už: teraz ťa musím poslať späť... “ Teraz sa vo mne objavuje obraz veľkej Gule Stvorenia, vznáša sa ako dúhová bublina v nekonečnom mori života a vedomia, ktorého som súčasťou, (str. 199)

Paulsen sa nakoniec vracia do svojho tela, ale poznamenáva, že predtým ako uzrie pobrežie Kalifornie (kde v tom čase bolo jeho fyzické telo), vníma vesmíry, galaxie, známe hviezdne systémy — je to skrátka cesta späť.

Aj tu máme zážitok, ktorý má zrejme spoločné prvky so zážitkom na prahu smrti, podobné so zážitkom Mellena-Thomasa. Aj on cítil, že nešlo ani tak o jeho skutočnú cestu cez fyzický vesmír, ale bolo to skôr jeho vedomie, ktoré sa rozširovalo a obsiahlo celý manifestovaný vesmír až dosiahlo žiariaci zdroj a nakoniec sa dostalo do samotnej Prázdnoty. Paulsen hovorí očividne o tomto druhu cesty a za zmienku stojí aj to, že začína zrejme vtedy, keď vo svojom vnútri je pripravený zmrieť. V istom zmysle by sme teda mohli jeho zážitok považovať za istý druh zážitku na prahu smrti.

Virginia Riversová

Ginny Riversová, obyvateľku Floridy poznám iba z telefonických rozhovorov a listov. Prvý mi napísala v roku 1994 a obsahoval výpoveď o jej zážitku. Pri jeho čítaní som sa takmer nezdržal slz a okamžite som sa s ňou spojil, aby som jej poďakoval za jedno z najpozoruhodnejších svedectiev, s akými som sa počas výskumu stretol, opisovalo celú cestu až ku konečnému miestu absolútnej realizácie. V šírke a duchovnej výrečnosti dá sa porovnať naozaj iba so svedectvom Beverly Brodskej (Brod-

sky), ktorej celý príbeh sa o chvíľu dozvieme. V opise, ktorý podáva Ginny, môžeme azda ešte lepšie ako doteraz vidieť, že úplný zážitok až do samotného srdca Svetla prináša odpoveď na každú životnú otázku človeka a jednoznačne ho vedie k najvyššiemu posolstvu, ktoré máme rozpoznať a uviesť do života kým sme ešte v tomto fyzickom tele. Navyše - a môže to byť tak šokujúce pre niektorých tradicionalistov ako samozrejme pre ostatných — myslím, že je načas byť celkom úprimný, pokiaľ ide o samotnú podstatu takéhoto stretnutia: podľa môjho názoru ide nepopierateľné a neuveriteľne o stretnutie s Bohom. Títo ľudia dostali priame a osobné odhalenie od Boha a ich inšpirované prejavy nás nenechávajú na pochybnostiach, že po návrate do života sa stali jeho poslami. Keď počúvame toto posolstvo Svetla vzbudzuje v nás údiv, pretože nám pripomína to, čo je vyryté hlboko v duši každého z nás.

Príbeh Ginny sa odohral počas hospitalizácie v roku 1986, kam ju priviezli s nebezpečným zápalom pľúc. Bola veľmi zoslabnutá, mala vysokú teplotu, v ušiach cítila silný tlak a dýchala s veľkými ťažkosťami. Pamätá sa ako vo svojom vnútri volala: „Prosím, kde ste všetci? Určite zomieram!“ V tej chvíli stratila vedomie a začala jej cesta do stredu vesmíru a Zdroja všetkého.

Nastal absolútny pokoj. Zo všetkých strán som bola obklopená čiernou prázdnotou. Všetok strach ma opustil. Tam kde som bola, cítila som sa pohodlne a spokojne. Žiadny strach... žiadna bolesť... len pokoj a pohoda a podivná zvedavosť bez náznakov strachu. (Všetky prestávky v prejave sú pôvodné, nie je z textu vynechané). Zrazu začala tá čiernota explodovať do nespočetného množstva hviezd a cítila som, akoby som bola v strede vesmíru s dokonalým panoramatickým pohľadom vo všetkých smeroch. V ďalšom okamihu som pocítila impulz pohybu dopredu. Hviezdy leteli okolo mňa takou rýchlosťou, že vytvorili okolo mňa akýsi tunel. Začala som vnímať vedomie, poznanie. Čím viac ma to hnalo dopredu, tým viac poznania sa mi dostávalo. Mala som pocit, že moja myseľ nasáva do seba informácie ako špongia. Vedomosti prichádzali vo forme samostatných slov a v celých blokoch myšlienok. Mala som pocit, že som schopná pochopiť všetko ako to postupne

do mňa vsakovalo či vstrebávalo sa. Cítila som ako sa moja myseľ rozširuje a všetko absorbuje a zdalo sa mi, že každá nová informácia tam má svoje miesto. Bolo to akoby som to už bola vedela, ale zabudla, či niekam založila, akoby to všetko tu na mňa čakalo, aby som si to cestou pozbierala. Moje poznanie stále rástlo, rozvíjalo sa, rozširovalo a stále som cítila smäd po ďalšom. Bolo to úžasné, bola som zasa ako malé dieťa, ktoré skúma niečo úplne nové a krásne, nejaké krásne nové ihrisko. S každou sekundou som sa dozvedela niečo viac, odpovede na otázky, významy a definície, filozofie a zdôvodnenia, histórie, tajomstvá a oveľa, oveľa viac; to všetko sa vlievalo do mojej mysle. Pamätám sa ako som si pomyslela: „Vedela som to, viem, že som to vedela. Kde to všetko bolo?“

Hviezdy začali pred mojimi očami meniť svoje tvary. Začali tancovať a úmyselne vytvárali komplikované štruktúry a farby, aké som nikdy predtým nevidela. Hýbali sa a hojdali v akomsi rytme či podľa hudby takej kvality a krásy akú som nikdy nepočula a predsa... pamätala som šiju. Bola. to melódia, akú určite človek zložiť nemohol, a predsa bola mi taká známa a v dokonalej harmónii so samotnou podstatou môjho bytia. Akoby to bol rytmus mojej existencie, dôvod môjho bytia. Mimoriadne kompozície a zafarbenia pulzovali v nádhernej jednote s veľkolepým orchestrom.

Cítila som sa v absolútnom pokoji, utíšená víziou a melodicným šumom. Mohla som ostať na tomto mieste a vnímať pulzovanie lásky a krásy cez moju dušu po celú večnosť. Láska ku mne prúdila zo všetkých končín vesmíru. Stále som letela dopredu zrejme veľkou rýchlosťou. A predsa som mohla pozorovať všetko čo som mŕňala., akoby som stála. S každou nasledujúcou sekundou som prijímala viac a viac poznania. Nikto so mnou nehovoril, ani som nepočula v hlave žiadne hlasy. Zdalo sa, že poznanie jednoducho „JE“ a s každou novou vedomosťou sa dostavil aj pocit, že to predsa poznám. Na druhom konci môjho kaleidoskopického tunela sa daleko predo mnou objavil malý svetelný bod. Keď som sa k nemu približovala, to malé svetlo sa stále zväčšovalo, až som nakoniec došla do cieľa.

V tej chvíli som dosiahla totálne a absolútne vedomie. Neexistovala otázka, na ktorú by som nemala okamžitú odpoveď. Hľa-dala som prítomnosť toho, o ktorom som vedela, že tam je a pomyslela som si: „Bože, bolo to také jednoduché, prečo som to

nevedela?" Nevidela som Boha ako vidím teraz vás. Vedela som však, že je to On. Svetlo, krása vyžarujúca zvnútra donekonečna všetkými smermi, aby sa dotýkala každého atómu bytia. Harmónia farieb, tvarov a melódie sa rodili tu z tohto Svetla. Bol to Boh, jeho láska, jeho svetlo, jeho samotná podstata, sila tvorenia prúdiaca až na samý koniec celej večnosti... vychádzal z neho pulzujúci lúč lásky, aby ma priviedol „Domov“.

Nastala chvíľa kontaktu, v jednom okamihu či v celom dlhom veku, úplné a absolútne poznanie a prijatie takej aká som bola a čím som sa stala. Vtom okamihu alebo tisícročí som poznala, že videl celý môj život a predsa ma stále miloval. Čistá, nepoškvrnená, nesebecká, stále prúdiaca, bezvýhradná Láska. Boh videl môj život a predsa ma nekonečne miloval pre mňa samú, pre moju existenciu. Nehovoril ku mne slovami, ktoré by som počula v ušiach a predsa som počula jeho myšlienky tak jasne ako slová. Kvalita jeho slov, jeho myslenia, jeho hlas v mojej hlave, to bolo čosi úžasné, očarujúce, presvedčujúce bez naliehania, jemné a láskavé a naplnilo ma láskou, ktorú jednoducho nie je možné opísať. Byť v jeho prítomnosti bolo viac inšpirujúce, viac lákavé, než akýkoľvek druh lásky alebo harmónie, aká kedy bola objavená v našej realite. Žiadna skúsenosť, žiadna blízkosť nebola nikdy taká dokonalá.

Stála som na čomsi, čo vyzeralo ako výčnelok obrovskej hory. Plocha pred nami bola plochá, bolo to čosi ako osamelý kopec zrezaný v polovici. Stála som alebo sa vznášala po jeho boku a nejasne si pamätám akýsi oltár postavený zo zlatého žiariaceho svetla, ktorý stál predo mnou a trochu viac vpravo. Neviem, či som mala alebo nemala telo. Bola som tam a to bolo to najdôležitejšie, čo som si vedela predstaviť. Povedal mi mnoho vecí, z ktorých si pamätám málo alebo už vôbec nič. Pamätám si iba, že sme hovorili, či skôr on ma inšpiroval a ja som sa učila. Zdalo sa mi, že naša výmena trvala celé hodiny alebo veky a teraz sa mi zdá, že celé veky prešli v niekoľkých okamihoch. Z tej výmeny si pamätám len dve veci. Po prvé, Boh mi povedal, že keď zomrieme, môžeme si so sebou zobrať len ... LÁSKU a POZNANLE... Mala som sa teda čo najviac naučiť o oboch týchto hodnotách. Po druhé, Boh mi povedal, že sa musím vrátiť, že je ešte niečo, čo musím vykonať. Vtedy som vedela, čo to bolo, ale nemôžem si na to teraz spomenúť.

Pamätám si bolesť. Veľký pocit smútku, nie fyzickú bolesť. Myslí, že moja duša plakala. Prosila som, aby som nemusela odísť. Naliehavo som o to žiadala. Povedala som mu, že nikomu nebudem chýbať. Moje deti sa budú mať lepšie bezo mňa. Moja matka a otec sa o nich postarajú lepšie ako ja. Srdce ma bolelo, ako by ho niekto fyzicky zvieral. Opäť mi povedal, že je niečo, čo musím urobiť a pod vplyvom jeho lásky sa moje slzy a smútok začali strácať. Pochopila som a on v hĺbke mojej duše poznal, že chcem byť s ním zasa, len čo splním svoje poslanie.

Od návratu do života, ktorý bol plný ťažkostí a problémov, sa mi Ginny často priznala, že ju veľmi trápí otázka o jej poslaní v tomto živote. Hoci si vôbec nechcem domýšľať, že by som poznal odpoveď na toto tajomstvo, osobne sa nemôžem ubrániť dojmu, že istým spôsobom veľmi úzko súvisí práve so svedectvom o jej príbehu a vnímam to ako isté veľké privilégiu, že som sa tu mohol s vami podeliť aspoň o časť jej zážitku.

Beverly Brodsky

A nakoniec sa vraciame k žene, ktorú som vám predstavil v desiatej kapitole. Uviedol som tam iba úryvok z jej príbehu a vynechal som to hlavné. Možno si pamätáte, že po nehode na motocykli bola v takom zúfalom stave, že si úprimne želala zomrieť a v istom zmysle sa jej to splnilo — a vlastne dostala oveľa viac. Pamätáte si možno aj to, že vyrastala v židovskej rodine a po tom, čo sa dozvedela o holokauste, stala sa ateistkou. To všetko sa premieta aj do zážitku, o ktorom nám teraz podá svedectvo.

Na jeho začiatku ju zaplaví pocit pokoja a pohody, vystúpi z tela a ocitne sa v prítomnosti žiariacej a milujúcej bytosti, ktorá ju jemne vyvedie z izby. Práve v tomto okamihu začína jej cesta a dovoľme jej znovu, aby nám o nej povedala vlastnými slovami:

Pod nami ležal nádherný Tichý oceán, nad ktorým som s takým vzrušením pozorovala západ slnka, keď som sem prvýkrát prišla. Moja pozornosť sa však teraz upriamila smerom hore, kde bol veľ-

ký otvor, ktorý viedol k zatáčajúcemu sa chodníku. Hoci sa zdal hlboko a ďaleko na konci, akési biele svetlo presvecovalo tmu na druhej strane, tam kde ma lákal ten otvor. Bolo to najúžasnejšie svetlo aké som kedy videla, hoci som si neuvedomovala, koľko jeho krásy je zahalené z vonkajšej strany. Chodník smeroval nahor, šikmo a doprava. Anjel ma stále držal za ruku a viedol k tomu otvoru cez malý, tmavý priechod.

Pamätám sa, že potom som prešla dlhú vzdialenosť k svetlu. Myslím, že som sa pohybovala veľmi rýchlo, ale čas v tej oblasti akoby vôbec neexistoval. Nakoniec som prišla do cieľa. Až keď som sa vynorila na druhom konci, uvedomila som si, že už ma nikto nesprevádza. Nebola som však sama. Tu, priamo pred mnou, bolo prítomné živé Svetlo. Vníkala som v ňom všetko prenikajúcu inteligenciu, múdrosť, súcit, lásku a pravdu. Táto dokonalá Bytosť nemala nijaký tvar či pohlavie. To, budem to nazývať On, aby som dodržala pravidlá nášho jazyka, obsahoval všetko, podobne ako biele svetlo má v sebe všetky farby dúhy a ukáže ich až po prechode skleneným hranolom. Hlboko vo svojom vnútri som v jednom momente s úžasom pochopila: stála som pred samotným Bohom.

Okamžite som ho zavalila všetkými tými otázkami, ktoré ma stále trápili; všetky tie nepravosti, ktoré som videla vo fyzickom svete. Nevieam, či som to spravila úmyselne, ale zistila som, že Boh pozná okamžite všetky vaše myšlienky a odpovedá na ne telepaticky. Moja myseľ bola akoby nahá; vlastne stala sa čistou mysl'ou. To éterické telo, v ktorom som cestovala cez tunel, som už asi nemala; bola to už iba moja osobná inteligencia hovoriaca s Univerzálnou mysl'ou, ktorá sa odela do nádherného, živého svetla. Ja som ho viac cítila ako videla, pretože žiadne oko by nemohlo absorbovať tú žiaru.

Nepamätám si presný obsah našej diskusie; to, čo som tak jasne v nebi pochopila, som v procese návratu na Zem zabudla. Som si istá, že som kládla otázky o utrpení môjho ľudu, ktoré ma trápili už od detstva. Pamätám si toto: Všetko, čo sa stalo, malo istý zmysel, bez ohľadu na to, ako strašne to vyzeralo vo fyzickej oblasti. A vo svojom vnútri, v ktorom sa prebúdzala moja vlastná myseľ, som odpovedala rovnako: „Samozrejme,“ a pomyslela som si: „Už viem, ako som to len mohla zabudnúť!“ naozaj to vyzerá tak, že

všetko čo sa deje, deje sa za istým účelom a ten účel naše večné Ja dobre pozná.

Po čase moje otázky skončili, pretože som bola naplnená všetkou múdrosťou tejto Bytosti. Dostalo sa mi oveľa viac, než iba odpovede na moje otázky; predtým sa rozvinulo všetko poznanie, akoby v okamihu rozkvitlo nekonečné množstvo kvetov. Bola som naplnená Božím poznaním a v tomto vzácnom aspekte jeho Súcná som bola s ním v jednote. Moja cesta objavov však bola iba na začiatku.

Teraz som bola pozvaná na mimoriadnu cestu vesmírom. Okamžite sme sa vydali do stredu rodiacich sa hviezd, explodujúcich supernov a mnohých iných úžasných nebeských udalostí, ktoré neviem pomenovať. Keď si teraz spomínam na dojem z tejto cesty, cítila som, že celý vesmír je jeden obrovský objekt utkaný z toho istého vlákna. Priestor a čas sú ilúzie, ktoré nás držia na našej úrovni; mimo nej je všetko prítomné súčasne. Bola som cestovateľkou na Božskom vesmírnom korábe a Stvoriteľ mi ukázal plnosť a krásu svojho Stvorenia.

Posledná vec, ktorú som videla predtým ako sa skončila posledná externá vízia, bol nádherný oheň — jadro a stred krásnej hviezdy. Bol to možno symbol požehnania, ktoré malo ku mne teraz prísť. Všetko sa stratilo okrem bohato naplneného prázdna, v ktorom sme Ono a Ja obsiahli všetko čo je. Tu som, v neopísateľnej nádhre, zažila spojenie so Svetelnou Bytosťou. Teraz som bola naplnená nielen všetkým poznaním, ale aj všetkou láskou. Bolo to akoby sa to Svetlo vlialo do mňa a cez mňa. Bola som Božím objektom zbožňovania; a z Jeho/našej lásky som načerpala život a radosť, ktoré presahujú všetku našu predstavivosť. Moje bytie prešlo premenou; moje ilúzie, hriechy a vina boli odpustené a očistené bez toho, aby som o to žiadala; bola som teraz Láskou, prvotným Bytím a blaženosťou. A v istom zmysle tam ostávam a to navždy. Takéto spojenie sa nedá prerušiť. Vždy existovalo a vždy aj bude.

Zrazu neviem ako ani prečo, vrátila som sa do svojho zničeného tela. Ale akýmsi zázrakom som si so sebou priniesla všetku tú lásku a radosť. Bola som naplnená extázou, ktorá pokračovala aj tie najdivokejšie sny. Keď som bola opäť v tele, všetka moja bolesť zmizla. Stále som bola uchvátená neviazanou radosťou. Celé dva mesiace som ostala v tomto stave, zabudla som na všetku bolesť...

Cítila som sa ako znovuzrodená. Všetko okolo mňa mi pripadalo zázračné; všetko bolo živé, plné energie a inteligencie...

Možno si pamätáte, že v tomto momente s určitým citovým podfarbením rozpráva o dôsledkoch a niektorých prevratných zmenách, ktoré nastali po jej zážitku. Zopakujem tu iba jej predposledný odstavec, ktorý som už uviedol a v ktorom uvažuje nad realnosťou svojej „nebeskej cesty“ a celý jej príbeh ukončím záverečným konštatovaním. V poslednom odstavci veľmi výstižne a krásne uzatvára najvyššie posolstvo Svetla.

Hoci od mojej nebeskej cesty uplynulo 20 rokov, nikdy som na ňu nezabudla. Nikdy som, zoči-voči výsmechu a odmietaniu, ojej realnosti ani nepochybovala. Ak vám niečo tak zásadne zmení život, nemôže to byť žiadna halucinácia alebo sen. Naopak, celý svoj ostávajúci život považujem za chvíľkovú fantáziu, krátky sen, ktorý skončí, keď sa zasa prebudím do stálej prítomnosti toho darcu života a blaženosti.

Pre tých, ktorí žialia alebo majú strach, mám jedno uistenie: Neexistuje žiadna smrť a láska nikdy nekončí. A pamätajte si, že sme aspektmi jedného, dokonalého celku a ako takí sme súčasťou Boha i seba samých navzájom. Jedného dňa vy, ktorí toto čítate a ja budeme spolu vo svetle, láske a nekonečnej blaženosti.

Môžeme ešte pochybovať o tom že Ginny Riversová a Beverly Brodsky šli obe na to isté miesto - Posledný Zdroj, Veľké Centrálné Slnko, Druhé Svetlo, Náruč Boha (hocijaký termín sa vám pozdáva viac) — kde dostali a priniesli späť v podstate to isté božské odhalenie, aby sa oň mohli podeliť s nami? A po tom, čo ste si prečítali ich slová ako aj tak veľa ostatných podobných slov v celej tejto knihe od ostatných pútnikov, môžete ešte pochybovať o tom, že všetky tieto hlasy potvrdzujú to najvyššie posolstvo, ktoré nám ponúka zážitok na prahu smrti?

Od týchto ľudí už viac žiadať nemôžeme. Je zbytočné klásť ďalšie otázky a dožadovať sa ďalších dôkazov. Po tom, čo sme ich svedectvá počuli, môžeme sa iba snažiť byť k nim otvorení, ešte raz sa pokúsiť prijať ich do svojho vnútra a privlastniť si

ich. Potom môžeme posolstvo Svetla realizovať v našom vlastnom živote a rozširovať ho tak po celom svete.

Poznámky

- 1 Kompletnejšie svedectvo Mellena o jeho zážitku, podľa neho samého, je uvedené v antológii autorov Lee W. Baileyho a Jenny Yatesovej: *The near-death experience: A reader* (New York: Routledge, 1996), str. 39-52.
- 2 Najúplnejšia verzia zážitku Howarda Storma je podľa jeho vlastných slov uvedená v knihe Judith Cressyovej: *The near-death experience: Mysticism or madness (Zážitok na prahu smrti: mysticizmus alebo bláznovstvo)*, (Hanover, MA: Christopher, 1994), str. 19-34.
- 3 Ibid., str. 28. Dávam prednosť rozhovoru, ktorý vykonala Cressyová pred mojím, pretože Howard s ňou hovorí konkrétnejšie práve k tým otázkam, ktoré nás tu zaujímajú.
- 4 Norman Paulsen: *Christ consciousness (Kristovo vedomie)*, (Salt Lake City, UT: Builders, 1984).

Svetlo na Zemi

V tradícii zenového budhizmu existuje slávna séria obrázkov, ktoré zobrazujú rôzne štádia vedúce k osvieteniu. V pôvodnom súbore týchto malieb tá posledná obsahuje iba biely, prázdny kruh symbolizujúci uskutočnenie Jednoty a prázdnu podstatu všetkých vecí. Jeden neskorší zenový majster rozšíril postupnosť týchto stavov až za zážitok osvietenia a celú sériu zakončil obrázkom osvieteného človeka, ktorý schádza z vrcholu hory a vstupuje do dediny, kde sa zamieša medzi obyčajných ľudí. Žehnajúcimi rukami a vyžarujúcim súcitom inšpiruje všetkých, bez ohľadu na ich postavenie v spoločenskom živote.

Rovnako aj my, potom čo sme aspoň sprostredkovane nahliadli do nebeskej nádhery zážitkov na prahu smrti, musíme nájsť spôsob ako preniesť túto božskú víziu do reality každodenného života. Len tu je totiž možné naozaj otestovať poznanie, ktoré tieto zážitky ponúkajú. Cesty k samotnému Zdroju všetkého Svetla nás určite svojou silou uchvátia, ak nás však nadchnú iba na krátku chvíľu, potom nedosiahli skutočný cieľ tejto knihy. Ten je samozrejme nielen inšpirovať, ale inšpirovať nás k činnosti. Je potrebné, aby sme víziu a poznanie ľudí po zážitkoch na prahu smrti prijali do svojho vnútra a ak máme k tomu vloh, použili ich ako maltu na stavbu duchovného života v rodinnom kruhu a vo vzťahu k iným.

Neznamená to, samozrejme, že poznanie prameniace zo zážitkov na prahu smrti má nahradiť pôvodnú vieru či duchovnú tradíciu. Posolstvá Svetla sa skôr podobajú na transfúziu krvi nulovej skupiny: sú „univerzálnym darcom“ pre du-

chovnosť a náboženstvo, pretože sú v súlade s rozmanitými etablovanými duchovnými tradíciami a svetovými náboženstvami. Okrem toho, ako konštatoval teológ Carol Zaleski, autor mnohých prác o zážitku na prahu smrti, tieto moderné príbehy nielen že nepodkopali ale práve naopak, oživilí náboženskú vieru, pretože sa v konečnom dôsledku zhodujú s dávnyimi duchovnými učeniami rozšírenými po celom svete.¹ V tomto zmysle, zážitok na prahu smrti všeobecne slúži na posilnenie existujúcej viery tým, že k nej niečo kompatibilné pridá a ničím s ňou nekonkuruje. Zatiaľ čo teda duchovné učenia zážitkov na prahu smrti nemajú za cieľ vytvoriť základ pre nové náboženstvo, a už vôbec nie nejaký kult (!), je celkom možné, že tým, ktorí nie sú nábožensky orientovaní, alebo sú dokonca zameraní protinábožensky, poskytne dôveryhodný základ pre morálne správanie vo svete. Koniec koncov, mohli by sme povedať, že existuje len nádhera a neporovnateľné vyžarovanie Svetla. Čo si z tohto Svetla *vytvorí* človek, je jeho osobnou vecou.

Naším problémom tu nie je ako interpretovať Svetlo, alebo do akej miery sa zhoduje (alebo nezhoduje) s inými učeniami, ale *ako využiť poznanie, ktoré nám ponúka*. Zdôrazňujem tu kritérium užitočnosti, aby sme nepremrhali jeho hodnotu v neplodných diskusiách o tom, čo predstavuje. Dostávame sa tak k základnej téme tejto kapitoly: Ako pristupovať k posolstvu Svetla, aby sme ho mohli preniesť do praktického, každodenného života.

Ak ste čítali knihu až po toto miesto, určite ste o týchto zážitkoch meditovali, tešili sa z príbehov, uvažovali ako ich aplikovať v živote a skúsili ste možno aj niektoré cvičenia, ktoré som navrhol. Je to určite dobrý začiatok, ale kniha sa končí a všetko ostane iba na vás. Jednoznačná otázka je teda: *Co teraz? a Ako ďalej?*

Namiesto nejakých zoznamov, opakovaní, prehľadov, čo by bolo iba sterilným, akademickým cvičením, chcem vám poskytnúť ďalšie zdroje na prehlbovanie a zvnútornenie obsahu predchádzajúcich kapitol. V prílohe preto uvádzam zoznam rôznych zdrojov — knihy, audio a videokazety, organizácie, podporné skupiny, konferencie, mená a adresy ľudí po zážitku

na prahu smrti, ktorí sa nebránia kontaktom. Kde to bolo možné, pripojil som aj internetové adresy. To všetko vám umožní nielen prekročiť hranice tejto knihy, ale aj pokračovať v hľadanií spôsobu ako aplikovať posolstvo Svetla v praxi. Zároveň vám chcem dať jednu radu.

I keď odmietam akúkoľvek snahu o vytvorenie kultu zážitkov na prahu smrti, musím priznať, že v istom zmysle sa takáto kultúra tvorí. Predstavujú ju ľudia, ktorí tento zážitok mali alebo sa oň zaujímajú a je dostupná pre každého, kto ju hľadá, chce sa z nej viac dozvedieť alebo sa dokonca celý do nej ponoriť. Aj v tejto oblasti je potrebné vedieť rozlišovať. Aj ľudia po zážitku na prahu smrti nie sú vždy tými, čím sa zdajú. Ak takíto ľudia trpia očividnou namyslenosťou alebo majú tendencie k veľikášstvu, rozumný človek by sa im mal vyhýbať. V tomto kontexte môžeme pripomenúť starú pravdu že „aj svetlo vrhá tieň“ a pri vašich nájazdoch do kultúry zážitkov na prahu smrti by ste sa nemali sústrediť na Svetlo tak, že nezbadáte tieň. Pamätajte si: ľudia, ktorí sa stretli so Svetlom, ostali ľuďmi so svojimi chybami. Nemali by sme obdivovať ich ale len Svetlo. Nech vás preto vaše nadšenie pre posolstvo Svetla nezaslepí pred možnými prešľapmi v jeho mene.

Vznikajúca komunita ľudí so záujmom o zážitky na prahu smrti pripomína to, čo sa v budhizme nazýva *sangha*. (Budhizmom som túto kapitolu začal, ale musím spresniť, že nemám žiadne bližšie vzťahy k niektorému náboženstvu či duchovnej tradícii). Tento termín znamená, že určitá duchovná komunita sa združuje, pretože jej členovia prejavujú úctu a oddanosť nejakému učeniu. Komunita záujemcov o tieto zážitky je príliš rôznorodá, geograficky rozdelená a závislá na moderných komunikačných prostriedkoch a nemôže preto predstavovať *sanghu* v pôvodnom význame. V poslednom štvrtstoročí také niečo naozaj vzniklo a môžete sa s ňou spojiť aj vy. Tradičným cieľom *sanghy* je vytvoriť prostredie, v ktorom komunita rovnako zmýšľajúcich ľudí môže podporovať a prehlbovať vlastné duchovné praktiky. Bez ohľadu na zoznam zdrojov uvedených v prílohe, môže urobiť pre vás to isté.

V tradícii ženu sa hovorí, že „po satori (alebo prvom prebudení k pravej podstate) môže začať naozajstná prax“. Po-

dobne, aj v kontexte tejto knihy môžeme povedať, že po toľkých víziách a stretnutiach so Svetlom vieme, prečo musíme jeho posolstvo prenášať do života a že prax v našom prípade znamená vkladať do života to, čo sme sa dozvedeli. Ak to nespravíme, premrháme vzácny dar, ktorý má cenu len vtedy, keď sa zrealizuje.

Nech Svetlo sprevádza všetky vaše kroky a vedie vás k osvietenému konaniu vo svete.

Poznámka

- 1 Pozri knihu Zaleskiho: *Otherworld journeys: Accounts of near-death experience in medieval and modern times* (*Cesty do iných svetov: Svedectvá o zážitkoch na prahu smrti v stredoveku a v modernej dobe*), (New York: Oxford University Press, 1987).