

Moarte și înviere

Psihosociolog Drd. Ionel Mohîrță

„Omul care moare înainte să moară nu moare când moare“
Abraham a Sancta Clara

Cosmologiile, filosofii, mitologiile culturilor arhaice și ale populațiilor indigene, ca și viața lor spirituală și rituală reflectă un mesaj clar: moartea nu e un sfârșit absolut și irevocabil. Conștiența, viața sau existența într-o aumită formă continuă și după dispariția biologică.

Experiențele asociate cu moartea erau considerate vizite în dimensiuni importante ale realității, care merită să fie explorate, studiate și atent cartografiate. Cei aflați în pragul morții erau familiarizați cu cartografiile escatologice din cultura lor, fie hărți șamanice ale peisajelor funerare, fie descrierile sofisticate din sistemele spirituale orientale cum sunt cele din *Bardo Thödol*, Cartea Tibetană a morților. Acest test important al budismului tibetan merită o atenție specială, fiindcă reprezintă un punct de vedere opus față de accentul pragmatic exclusiv pus de civilizația occidentală pe viața productivă și pe negarea morții. Cartea tibetană a morților descrie momentul morții ca o oportunitate unică de eliberare spirituală din ciclurile morții și renașterii și ca o perioadă care determină încarnarea următoare, în cazul în care nu se obține eliberarea. În acest context, stările intermediare dintre vieți (bardo) pot fi considerate mai importante decât existența încarnată și în consecință pregătirea pentru ele printr-o practică sistematică pe parcursul vieții este esențială.

Stările de conștiență asociate cu procesul morții și renașterii aparțin unei familii mai vaste de stări intermediare, numite *bardo*:

1. Starea naturală de bardo din existența intrauterină (Chenay Bardo)
2. Starea de bardo caracteristică visării (Milarm Bardo)
3. Starea de echilibru extatic din meditația profundă (Samten Bardo)
4. Bardo din momentul morții (Chikhai Bardo)
5. Bardo al iluziilor karmice de după moarte (Chönyid Bardo)
6. Bardo al procesului invers de existență sangsarică în timpul căutării renașterii (Sidpa Bardo).

Deși Cartea tibetană a morților pare a fi scrisă ca îndrumar pentru cei aflați pe moarte, ea are mai multe niveluri de semnificație. Conform învățăturilor budiste, moartea și renașterea nu

au loc doar în momentul decesului biologic și al începerii unei noi vieți, ci în fiecare moment al existenței noastre. Stările descrise în *Bardo Thödol* pot fi trăite și în stări de meditație, în cadrul unei practici spirituale sistematice. De aceea, acest text important este în același timp un ghid pentru cei aflați în pragul morții, pentru cei în viață și pentru oamenii cu aspirații spirituale serioase. Este una dintr-o serie de instrucțiuni pentru șase tipuri de eliberare: eliberare prin auz, eliberare prin port (anumite amulete), eliberare prin văz, eliberare prin reamintire, eliberare prin gust și eliberare prin atingere.

Bardo Thödol descrie experiențele pe care le întâlnește un om în momentul morții (Chikhai Bardo), în perioada de confruntare cu viziunile arhetipale și iluziile karmice de după moarte (Chönyid Bardo) și în procesul de căutare a renașterii (Sidpa Bardo). În mod tradițional, la moarte și timp de 49 de zile după aceea, acest text este încantat de maestrul sau lama-i, pentru a informa spiritul răposatului la ce să se aștepte în starea de bardo și cum să folosească experiențele în scopul eliberării.

Chikhai Bardo reprezintă experiențele asociate cu momentul morții. Aspectul specific al acestei stări e o senzație de pierdere a contactului cu lumea familiară a polarităților și de intrare într-un tărâm de irealitate și confuzie. Lumea logică și ordonată pe care o cunoaștem din viața de zi cu zi începe să se dizolve și este înlocuită de un sentiment de incertitudine, o stare în care nu suntem siguri dacă ne apropiem de atingerea iluminării sau ne cufundăm în nebunie. *Bardo Thödol* prezintă experiențele ce anunță moartea iminentă din perspectiva diferitelor elemente ale corpului. Procesul începe cu senzații de greutate, presiuni fizice intense și pierdere progresivă a contactului cu lumea fizică. În această situație, subiectul se refugiază în minte și încearcă să se asigure că aceasta funcționează încă. Este o fază descrisă astfel: „pământul se scufundă în apă”. În faza următoare, funcționarea minții încetează a mai fi fluidă și circulația gândurilor este perturbată. Singurul mod de relaționare cu lumea e reprezentat de emoții, să te gândești la persoane pe care le iubești sau le urăști. Senzația de rece și umed este înlocuită de căldură arzătoare. *Bardo Thödol* numește această experiență „apa se varsă în foc”. În continuare, emoțiile vii se dizolvă și atenția se mută de la obiectele iubirii și urii; întreaga ființă pare să explodeze, divizându-se în atomi. Această experiență a „focului ce se dispersează în aer” creează o stare de deschidere pentru întâlnirea următoare, cea cu lumina cosmică.

În momentul morții, ființa are o viziune copleșitoare a *Dharmakaya*, Lumina clară primară a Realității Pure. Întreaga existență apare brusc în totalitatea sa absolută, strălucind ca o

lumină nenăscută și veșnică. Toate dualitățile sunt transcendente – agonia și extazul, binele și răul, frumusețea și urâtenia, căldura arzătoare și frigul – toate coexistă într-un singur întreg nediferențiat. În ultima instanță, Dharmakaya se identifică cu conștiința subiectului, care nu are naștere, nici moarte și este în esență Lumina Imuabilă.

Potrivit acestor texte, dacă omul recunoaște acest adevăr legat de conștiință și s-a pregătit prin practică sistematică să renunțe la individualitatea sa în fața intensității acestei experiențe, situația îi oferă o ocazie unică de eliberare spirituală instantanee.

Iată cum un lama tibetan îl pune pe muribund față în față cu realitatea intermediară în prima fază:

„O nobil fiu, (numele), acum a sosit momentul când cauți calea (în realitate). Respirația ta tocmai încetează. Preotul tău te-a pus mai înainte față în față cu Lumina clară și tu ești acum pe punctul de a o experimenta în realitatea ei, în care toate lucrurile sunt ca cerul gol și fără nori și Intelectul gol și fără pată ca un vacuum transparent, fără circumferință sau punct central. În această clipă recunoaște-te pe tine însuși și rămâi în această stare. Și eu – în acest timp – te pun față în față. (se repetă de trei ori).

Se așează muribundul pe partea dreaptă (arterele pe partea dreaptă și stângă a gâtului trebuie să fie comprimate).

În această clipă este privită pentru prima oară lumina clară a realității. Acest text trebuie repetat până când din diferitele deschideri corporale începe să apară un lichid gălbui.

Trebuie spus la ureche: *Acum au apărut semnele când pământul cade în apă. O, nobile fiu nu te lăsa deviat. O, (numele), ceea ce se numește moarte ți se întâmplă acum, hotărăște-te și spune: Aceasta este acum ora morții. Ca să trag un folos din moartea aceasta, vreau să acționez spre binele tuturor ființelor, care populează nemărginita întindere a cerurilor, de aceea mă hotărăsc spre iubire și milă pentru ele și de aceea îmi îndrept întreaga mea stăruință spre unica desăvârșire.*

Tu, (numele), poți să spui: *Chiar dacă eu nu pot să realizez această trăire, vreau însă s-o cunosc, și stăpânind această trăire, să apar într-o formă în care tuturor ființelor le servește spre bine, vreau să slujesc tuturor ființelor, care sunt nesfârșite la număr ca marginile cerului.*

După ce a murit: *Venerabile domn (strigă-l de trei ori pe nume), acum, când afli lumina clară originală, încearcă să te menții în această stare pe care o experimentezi acum. Acum, experimentezi strălucirea luminei clare a purei realități. Recunoaște-o. O, nobile fiu, intelectul*

tău actual, vid după adevărata lui natură, nu format spre ceva ca niște semne sau culori, vid în mod natural, este adevărata realitate, Atotbinele. Propriul tău intelect, care acum este vidul, însă nu trebuie privit ca vidul nimicului, ci ca Intelect în sine, neîmpiedicat, strălucitor, activ și fericit, este adevărata Conștiință. Propria ta conștiință, strălucitoare, vidă și de nedespărțit de Marele corp de strălucire, nu are nici naștere nici moarte și este Lumina Neschimbătoare.”

Când vechile cărți ale morților au ajuns prima oară în atenția oamenilor de știință occidentali, au fost considerate relatări fictive ale călătoriei postume a sufletului, născociri născute din dorințele unor oameni incapabili să accepte realitatea sumbră a morții și a nepermanenței. Aceste texte au fost puse în aceeași categorie cu basmele – creații fantastice ale imaginației umane, cu valoare artistică incontestabilă, dar fără vreo relevanță pentru viața de zi cu zi. Totuși un studiu aprofundat a arătat că ele au servit drept ghid în misterele morții și renașterii și în practica spirituală profundă. A devenit evident că aceste cărți ale morților descriu experiențele inițiaților, căutătorilor și practicanților spirituali. Noua perspectivă a sugerat că textele respective au fost prezentate de preoți drept manuale pentru cei aflați în pragul morții cu scopul de a le ascunde adevărata lor funcție, o disimulare ingenioasă menită să le protejeze mesajul ezoteric de neinițiați.

Prin cercetările moderne asupra conștiinței s-au obținut date surprinzătoare, relevante pentru această problemă. Studiile tanatologice ale situațiilor care amenință viața și confruntă subiecții cu apropierea morții au arătat că în astfel de experiențe se manifestă multe din experiențele descrise în textele escatologice și mitologiile culturilor antice și preindustriale.

Astfel în 1977 ca urmare a studiilor efectuate anterior de Dr. Raymond Moody și Karl Osis ia naștere Psihotanatologia a cărei bază a fost pusă de Stanislav Grof, o ramură a Psihologiei transpersonale care se ocupă cu analizarea și interpretarea trăirilor ființei umane din timpul morții clinice. Experiențele trăite cu mare intensitate de către cei în cauză prezintă toate trăsăturile fenomenelor transpersonale realizându-se deseori o transformare a mentalului.

Aceste experiențe se desfășoară în mai multe etape și constau în:

- **incomunicabilitate** adică nu se poate descrie exact tot ceea ce se petrece în timpul morții.
- **diagnosticul morții** ce constă în descrierea amănunțită de către muribund a dialogului personalului medical din jurul său în timpul morții.
- **sentimentul de calm și pace** descris ca o senzație de plutire într-un spațiu obscur.
- **senzații auditive** prezentate ca un fel de zgomot de sonerie sau un fel de muzică.

- **autoscopia** sau detașarea propriului Eu de corpul fizic pentru a privi ambientul în care se află plasat.
- **percepția trecerii printr-un tunel** sau atragerea cu mare rapiditate într-un spațiu cilindric obscur.
- **atemporalitatea** sau cu alte cuvinte timpul nu figurează ca o componentă care să fi putut fi sesizată în aceste trăiri.
- **contacte și întâlniri** sau conștientizarea prezenței în jur a unor entități spirituale.
- **percepția luminii** care apare mai întâi ca o lumină pală, pentru ca apoi să crească progresiv, atingând valori extreme ca o radiație „albă” sau de o claritate absolută. Ea emană o atracție irezistibilă, spre care muribundul este antrenat.
- **panoramarea vieții** adică derularea filmului întregii vieți, urmând cronologia derulării evenimentelor din timpul vieții.
- **impresia de cunoaștere integrală**, o stare de iluminare ce permite accesul la conștiința universală.
- **întâlniri cu spirite răătăcite** spirite triste, deprimate, prinse parcă într-o capcană.
- **pragul morții** (acest prag, care nu a fost depășit de nici unul dintre cei anchetați, este descris ca o întindere de ape, ca o pâclă groasă, cețoasă, o poartă sau chiar o simplă linie de demarcație).
- **revenirea.**

Teoriile care au încercat să explice aceste experiențe de moarte iminentă (EMI) s-au încadrat în trei categorii:

1. Teorii având ca domeniu de referință creierul
2. Teorii Psihologice
3. Teorii Transcedentale

1. Teorii având ca domeniu de referință creierul: halucinațiile

Sunt teorii fiziologice care arată că EMI constau în trăiri halucinatorii ale pacienților provocate de disturbarea proceselor chimice din creier datorită:

- tratamentului cu diverse droguri
- a lipsei aportului de oxigen care își schimbă nivelul odată cu dioxidul de carbon
- eliberarea de endofine (teoria endorfinelor B, sau a ketaminei - Karl Jansen, 1996).
- a unei funcționări anormale a lobului temporal (Saavedra-Aguilar & Gomez-Jeria 1989).

Totuși, rezultatele cercetărilor au arătat că factorii medicali nu pot fi luați în considerare în cazul evenimentelor EMI. Deși, toți pacienții au fost morți clinic, majoritatea nu au avut EMI. Mai mult decât atât, gravitatea crizelor nu au relatat evenimente de EMI adânci. Dacă factorii fiziologici puri rezultați din anoxia cerebrală au cauzat EMI, majoritatea pacienților ar fi trebuit să prezinte EMI. De asemenea medicația administrată pacienților în timpul resuscitării nu are legătură cu frecvența EMI. Pe de altă parte este puțin probabil ca factorii psihologici să fie importanți aici, dacă ne gândim că sentimentul de frică nu a fost asociat cu EMI.

În timpul experiențelor extracorporale, subiecții au „văzut” felurite întâmplări confirmate în detaliu de diverși martori. Evident dacă aceste experiențe ar fi simple iluzii, atunci nici un eveniment nu ar putea fi confirmat de persoane din afară. Mai mult decât atât, oamenii orbi din naștere au descris percepții veridice de-a lungul acestor experiențe.

2. Teorii Psihologice

Teorii bazate pe depersonalizare arată că oamenii reacționează la un eveniment înspăimântător prin pierderea sentimentului propriei identități. Înlocuiesc experiența terifiantă cu un scenariu de vis, care este mai ușor de suportat.

Teorii bazate pe disociere arată că EMI s-ar petrece prin retragerea în sine a unei persoane, cu scopul de a se proteja la un eveniment stresant. EMI ar fi un mecanism de apărare inconștient, în care o persoană se distanțează de anumite activități sau emoții cu scopul de a le evita. Argument – trăirea EMI înainte de a se întâmpla (ex. alpiniști).

Teoria „Confortului psihologic” arată că EMI poate să fie construită de creier din amintiri cu profil medical văzute la televizor. Se sugerează că pacienți parțial inconștienți pot primi informații prin simțurile comune (ex. auz).

Teorii privind retrăirea traumei nașterii arată că EMI poate fi o formă de retrăire a traumei nașterii. Creierul care moare ar putea recrea drumul printr-un tunel, spre lumină, căldură și afecțiune.

3. Teorii Transcendentale arată că un eveniment de acest fel indică continuarea vieții după moarte.

Argumente:

- deoarece experiența este universală, e improbabil să fie o halucinație pentru că oameni din culturi diferite au văzut aceleași lucruri. Studiu Gallup din 1982 arată că aprox. 8 milioane de americani au avut EMI.

- experiențele sunt descrise și de copii prea mici ca să aibă vreo idee despre moarte sau viața de dincolo (Studiu Dr. M.Morse, 1986, 1994).

- persoanele care au trăit EMI au povestit că au văzut lucruri în locuri de care nu puteau avea cunoștință, la distanțe inaccesibile.

În urma studiilor realizate de dr. Sam Parnia (2001) cercetător la Universitatea din Southampon, de dr. Peter Fenwick de la Oxford University și cardiologul german Dr. Pim Van Lommel (2001) de la Spitalul Rijnstate din localitatea Arnhem (Olanda) asupra experiențelor de moarte iminentă se arată cum conștienta persistă în absența funcțiilor cerebrale.

Regretatul Sir John Eccles, socotit unul din cei mai mari savanți în neurologie din lume, Laureat al Premiului Nobel în medicină în 1963 a susținut separarea dintre minte, conștientă și creier. El a afirmat că unitatea trăirii conștiente e dată de minte și nu de mecanismul neural al creierului.

Într-o serie de lucrări apărute la Universitatea din Sorbona, Bahram Elahi profesor de chirurgie pediatrică și anatomie a definit de asemenea „conștiința” sau, „sufletul” ca o entitate separată, care este făcută dintr-o materie subtilă asemănătoare undelor electromagnetice, care continuă să fie nedescoperită.

Observăm astăzi două curente de opinie cu privire la, „locul” ocupat de minte, ce depind de definiția minții. Primul curent numit individualist care afirmă că mintea s-ar afla doar în creier îi are ca adepți pe Butler (1998), Adams și Aizawa (2001).

Al doilea curent de opinie este numit externalist activ și afirmă că mintea nu se află doar în creier ci și în tot corpul și în afara lui. Acesta este susținut de Clark (1997), Chalmers (1998), Haugeland (1995), Maturana și Varela (1987), Chiel și Beer (1997).

Psihologul ajută clientul în procesul de individuare să pătrundă psihologic în profunzimile naturii umane și ale creației prin explicarea experiențelor transpersonale care apar în autoexplorarea individuală profundă caracterizate prin (Grof, 2007):

- transcenderea barierelor spațiale obișnuite sau a limitărilor eului încapsulat în piele.
- depășirea granițelor temporale, prin transcenderea timpului liniar.
- conștienta pare să se extindă în lumi și dimensiuni pe care cultura occidentală nu le consideră „reale”.

Așa cum arăta Grof, universul poate fi cunoscut pe 2 căi:

- a învăța prin intermediul percepției senzoriale și al analizării și sintetizării informațiilor obținute;
- explorarea diferitelor aspecte ale lumii identificându-ne direct cu ele într-o stare holotropică de conștiență.

Prin urmare ființa umană este capabilă de a avea două stări de conștiență complementare:

- **Obișnuită** unde părem a fi obiecte newtoniene constituite din atomi, molecule, celule, țesuturi și organe;
- **Holotropică** („deplasându-se în direcția integrității”) unde părem a fi un câmp de conștiență care transcende spațiul, timpul și cauzalitatea liniară. Moartea fizică pare să pună capăt primei stări.

În aceste condiții, moartea nu e un sfârșit, ci o trecere către un nou început, pentru că așa cum spunea laureatul Premiului Nobel pentru literatură Rabindranath Tagore: „Moartea nu stinge lumina; stinge numai lampa, căci au venit zorii.”

Bibliografie

Adams, F., Aizawa K., (2001), *The Bounds of Cognition*. Philosophical Psychology 14 (1), pp. 43-64.

Butler, K. L. (1998). *Cognitive Explanations*. In Butler, K., *Internal Affairs: Making Room for Psychosemantic Internalism*. Kluwer.

Chalmers D., (1998), *The Problems of Consciousness*, in (H.Jasper, L.Descarries, V.Castellucci & S.Rossignol, eds.) *Consciousness: At the Frontiers of Neuroscience (Advances in Neurology, Vol.77)*, Lippincott-Raven Press.

Chiel H.J., și Beer R.D., (1997). *The brain has a body: adaptive behavior emerges from interactions of nervous system, body and environment*, Trends in Neuroscience, 20, 553-557.

Clark, A., (1997), *Being there: putting brain, body and world together again*, Cambridge (Mass), MIT Press.

Clark, A., Chalmers D., (1998), *The Extended Mind*, Analysis 58 (1), pp. 7-19.

Eccles J., Popper K., (2003), *The Self and its Brain*, Routledge.

Elahi B, (1998), *Foundations of Natural Spirituality: A scientific approach to the nature of the spiritual self*, Element Books.

Grof S., Halifax J., *The human encounter with death (Întâlnirea omului cu moartea)*, E. P. Dutton, New York, 1977.

Grof S., (2007), *Călătoria ultimă. Dincolo de frontierele morții*, Ed. Elena Francisc Publishing, București.

Haugeland J., (1995), „Mind Embodied and Embedded,” in: *Mind and Cognition: Philosophical Perspectives on Cognitive Science and Artificial Intelligence*, Leila Haaparanta and Sara Heinämaa, eds., *Acta Philosophica Fennica*: 58 (1995) 233–267.

Jansen KLR (1996a) Neuroscience, ketamine and the near-death experience: the role of glutamate and the NMDA receptor. In *The Near-Death Experience: A Reader* (Ed.s. Bailey LJ, Yates J) New York, Routledge, p265-282.

Jansen KLR (1996b) Using ketamine to induce the near-death experience: mechanism of action and the therapeutic potential. *Yearbook for Ethnomedicine and the study of Consciousness (Jahrbuch furr Ethnomedizin and Bewusstseinsforschung)* 4, 1995 (Ed.s. ratsch C, Baker JR), Berlin, VWB, 55-81.

Lommel V.P (2001)., *Near-death experience in survivors of cardiac arrest:a prospective study in the Netherlands*-The Lancet.

Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: Shambhala Publications.

Morse, M., Perry, P., (1994) *Parting Visions - An Exploration of pre-Death Psychic and Spiritual Experiences*, Piatkus, New York.

Morse M, Castillo P, Venecia D, Milstein J, Tyler DC. (1986) *Childhood near-death experiences*. *American Journal of Diseases of Children*, Nov; 140 (11):1110-4.

Nicolae I. (trad.) (1992), *Cartea morților tibetană* - Ed.Moldova, Iași.

Parnia S., Waller D., Yeates R., Fenwick P., (2001), *A qualitative and quantitative study of the incidence, features and aetiology of near death experiences in cardiac arrest survivors* - medical journal „Resuscitation”, February.

Saavedra Aguilar, Juan C. and Gómez Jeria, Juan Sebastián. *Response to Commentaries on "A Neurobiological Model for Near-Death Experiences"*. *Journal of Near-Death Studies*, 7 (4) Summer 1989.