

Spomienky lekára, ktorý sa vrátil do života

POHLAD DO VEČNOSTI

Dr. Eben Alexander



*„Za vyše štyridsať rokov som nepočul o takom iskujućom príbehu.
Dr. Alexander je živý dôkaz toho, že život po živote naozaj existuje.“*

Raymond A. Moody, autor knihy *Život po živote*

POHLAD
DO VEČNOSTI

POHLAD DO VEČNOSTI

Dr. Eben Alexander



FORTUNA

Original title: Eben Alexander, M. D.: PROOF OF HEAVEN
Copyright © 2013 by Eben Alexander, M. D.

Slovak edition © Fortuna Libri, Bratislava 2013
Translation © Róbert Hrebíček, 2013

Vydalo vydavateľstvo Fortuna Libri v edícii Fortuna Litera.

www.fortunalibri.sk

Redakčná a jazyková úprava Zora Sadloňová
Zodpovedná redaktorka Anna Kališková

Prvé vydanie

Všetky práva vyhradené.

Mená niektorých osôb v tejto knihe sú zmenené.

Nijaká časť tejto publikácie sa nesmie reprodukovat',
ukladať do informačných systémov ani rozširovať
akýmkoľvek spôsobom, či už elektronicky, mechanicky,
fotografickou reprodukciou, alebo inými prostriedkami,
bez písomného súhlasu majiteľov práv.

ISBN 978-80-8142-092-4

*Túto knihu s bezhraničnou vdáčnosťou
venujem celej svojej milujúcej rodine.*

OBSAH

Prológ	9
1. Bolest'	19
2. Nemocnica	25
3. Z ničoho nič	31
4. Eben IV.	33
5. Podsvetie	37
6. Kotva môjho života	41
7. Krútiaca sa melódia a Brána	46
8. Izrael	50
9. Jadro	53
10. Čo je podstatné	58
11. Koniec zostupnej špirály	67
12. Putovanie svetmi	76
13. Streda	82
14. Jedinečný zážitok na prahu smrti	84
15. Dar zabudnúť	88
16. Studňa	95
17. $N = 1$	97
18. Zabudnúť a spomenúť si	103
19. Niet sa kam skryť	105
20. Uzavretie	110
21. Dúha	113
22. Šesť tvárí	116
23. Posledná noc, prvé ráno	119
24. Na pomedzí	123

25. Nedokonalý návrat	128
26. Správa sa šíri	132
27. Späť doma.	134
28. Ultrarealita	137
29. Bežný zážitok	139
30. Späť z ríše mŕtvych	144
31. Tri tábory	148
32. Návšteva kostola	155
33. Záhada vedomia	157
34. Posledná dilema	170
35. Fotografia	173
 Eternea	 180
PodĎakovanie	181
Odporúčaná literatúra.	186
Dodatok A: Vyjadrenie Scotta Wada, M. D.	194
Dodatok B: Neurovedecké hypotézy, nad ktorými som uvažoval v úsilí vysvetliť svoj zážitok	196

PROLÓG

*Človek by mal hľadať to, čo je, nie to,
čo by podľa neho malo byť.*

ALBERT EINSTEIN (1879 – 1955)

V detstve sa mi často snívalo, že lietam. V noci som stál na dvore a pozoroval hviezdy, až som k nim odrazu začal vystupovať. Prvé centimetre som prekonal automaticky. Čoskoro som však zistil, že čím vyššie sa vznášam, tým väčšmi môj postup závisí odo mňa – od toho, čo urobím *ja*. Ak som priveľmi podľahol vzrušeniu a dal sa uniesť novým zážitkom, zrútil som sa na zem... prudko. Ak som si však zachoval chladnú hlavu a nespanikáril, k hviezdnej oblohe som letel čoraz rýchlejšie.

Keď som bol starší, fascinovali ma lietadlá a rakety – všetko, čo ma mohlo vyniesť do sveta nad našou planétou. Určite za to mohli aj detské sny. Vždy keď naša rodina niekam letela, od štartu až po pristátie som mal tvár prilepenú na okienku lietadla. V lete 1968 som ako štrnásťročný minul všetky peniaze, čo som si zarobil kosením trávnikov, na kurz lietania na klzáku. Viedol ho Gus Street na Jahodovom vrchu, malom „letisku“ v podobe pásu trávy západne od severokarolínskeho mesta Winston-Salem, kde som vyrastal. Dodnes si pamätám, ako mi búšilo srdce, keď som potia-

hol za veľký čerešňovočervený gombík. Lano, čo ma spájalo s vlečným lietadlom, sa zošmyklo z háka a ja som naklonil klzák smerom k poľu. Vtedy som sa prvý raz cítil naozaj sám a slobodný. Väčšina priateľov zakúsila takýto pocit v aute. Ja si však myslím, že keď letíte v tristometrovej výške, zažijete stonásobne väčšie vzrušenie.

V sedemdesiatych rokoch som vstúpil do športového parašutistického tímu Severokarolínskej univerzity. Tvorili sme akési tajné bratstvo – skupinu ľudí, čo vedeli o čomsi jedinečnom a čarovnom. Prvý zoskok bol desivý, druhý ešte desivejší. Pri dvanástom som pred otvorením padáka musel padať vyše tristo metrov (bolo to moje prvé „desaťsekundové oneskorenie“), no vedel som, že som vo svojom živle. Na univerzite som absolvoval 365 zoskokov padákom. Voľným pádom som celkovo letel viac ako tri a pol hodiny, väčšinou vo formáciách s najviac dvadsiatimi piatimi ďalšími parašutistami. Hoci roku 1976 som so zoskokmi skončil, aj ďalej som mal živé sny o parašutizme. Vždy boli príjemné.

Najlepšie sa mi skákalo v podvečer, keď slnko začínalo zapadať za obzor. Ťažko opísať pocit, čo som vtedy prežíval: akoby som sa blížil k čomusi, čo som nevedel pomenovať a nedokázal sa toho nabažiť. Nešlo iba o samotu, veď sme neskákali jednotlivo, ale po piatich, šiestich, niekedy aj desiatich či dvanástich. Pred otvorením padákov sme utvárali formácie. Čím väčšie a náročnejšie, tým lepšie.

V jednu nádhernú jesennú sobotu roku 1975 som sa spolu s ďalšími športovcami zo Severokarolínskej univerzity pridol k priateľom z parašutistického centra so sídlom na východe štátu, aby sme si zaskákali. Pri predposlednom zoskoku z lietadla *D18 Beechcraft* vo výške 3 200 metrov sme s desiatimi mužmi vytvorili snehovú vločku. Úplná formácia

vznikla skôr, ako sme dosiahli výšku 2 130 metrov. Preto sme mohli plných osemnásť sekúnd letieť prielomom medzi dvoma týčiacimi sa kumulmi. Vo výške 1 100 metrov sme sa rozdelili, aby sme sa pripravili na otvorenie padákov.

Keď sme dosadli na zem, slnko už zapadlo. Rýchlo sme však nastúpili do ďalšieho lietadla a vzniesli sa do výšky. Stihli sme ešte posledné lúče a mohli uskutočniť druhý zoskok pri západe slnka. Dvaja mladší členovia sa mali po prvý raz pokúsiť pridať k formácii. Mali sa k nej pripojiť zvonka, nie tvoriť jej základ (bolo to tak pre nich ľahšie, lebo stačilo, aby padali priamo k zemi – ostatní sa k nim museli aktívne priblížiť). Vzrušenie mali zažiť nielen dvaja mladší členovia, ale aj my skúsenejší. Budovali sme totiž tím a rozširovali skúsenosti parašutistov, aby neskôr mohli spolu s nami utvárať ešte väčšie formácie.

Nad pristávacími dráhami malého letiska za mestom Roanoke Rapids v Severnej Karolíne mali šiesti muži vytvoriť hviezdu. Vyskakoval som posledný. Parašutista predomnou sa volal Chuck. Pokiaľ šlo o utváranie formácií počas voľného pádu, bol už pomerne skúsený. Vo výške 2 280 metrov nás ešte zalievalo slnečné svetlo, no 2 400 metrov pod nami už blikali pouličné lampy. Zoskoky za súmraku sú vždy nádherné a bol som presvedčený, že k nim pribudne aj tento.

Hoci z lietadla vyskočím iba sekundu po Chuckovi, musím sa ponáhľať, aby som ostatných dostihol včas. Prvých sedem sekúnd poletím strmhlav. Budem padať takmer o 160 kilometrov za hodinu rýchlejšie než priatelia, a len čo utvoria počiatočnú formáciu, pripojím sa k nim.

Za normálnych okolností sa všetci parašutisti rozdelia vo výške 1 100 metrov a usilujú sa čo najväčši vzdialiť od ostatných. Každý z nich potom zamáva rukami (na znamenie

ostatným, že čoskoro rozvinie padák), pozrie nahor, aby sa presvedčil, že nad ním nikto nie je, a potiahne za odisťovacie lanko.

„Tri, dva, jeden... von!“

Najskôr vyskočili prví štyria parašutisti, potom sme ich s Chuckom nasledovali v tesnom závесе. Keď som sa strmhlav rútil nadol a začal dosahovať maximálnu rýchlosť, usmial som sa. Už druhý raz v ten istý deň som totiž videl zapadať slnko. Chcel som sa čo najrýchlejšie pripojiť k ostatným a potom zatiahnuť za vzdušnú brzdu. Stačilo, aby som upažil (používali sme látkové krídla, ktoré siahali od zápästí k bokom a pri plnom nafúknutí a vysokej rýchlosti kládli obrovský odpor) a nasmeroval zvonové rukávy a nohavice priamo proti vzduchu.

Nedostal som však na to príležitosť.

Ako som sa rútil k formácii, zbadal som, že jeden z nováčikov sa blíži prirýchlo. Keď padal medzi neďalekými oblakmi, určite sa vystrašil. Uvedomil si, že rýchlosťou asi šesťdesiat metrov za sekundu sa valí k obrovskej planéte, ktorú sčasti zahaľovala čoraz hustejšia tma. Namiesto toho, aby sa pomaly pripojil k okraju formácie, prudko sa prihnal a celú ju rozbil. Všetkých päť parašutistov sa teraz neovládateľne rútilo k zemi.

Navyše boli priveľmi blízko. Parašutista za sebou necháva mimoriadne turbulentný prúd nízkotlakového vzduchu. Ak doň skočí ďalší, okamžite naberie rýchlosť a môže naraziť do parašutistu pod ním. Rýchlosť oboch športovcov potom ešte väčšmi vzrastie, takže môžu udrieť do parašutistov *pod nimi*. Skrátka, je to recept na katastrofu.

Natočil som sa, aby som sa vyhol rozbitej formácii. Manévroval som až dovtedy, kým som sa neocitol nad miestom,

kde sme mali otvoriť padáky, aby sme dve minúty pomaly klesali k zemi.

Pozrel som na päťicu dezorientovaných parašutistov. S úľavou som zistil, že sa vzdávajú jeden od druhého, aby rozbili smrteľné zovretie.

Bol medzi nimi aj Chuck. Na moje prekvapenie sa však rútil tým istým smerom ako ja. Zastavil sa priamo pod mnou. Keďže skupina sa predtým rýchlo valila, šesťstometrovú vzdialenosť sme prekonalí za kratší čas, ako očakával. Možno si pomyslel, že sa naňho usmialo šťastie a nemusí do bodky dodržiavať pravidlá.

Určite si ma neušimol. Len čo som si to uvedomil, z plecniaka sa mu ako kvet rozvinul pestrofarebný pomocný padák. Zachytil okolitý vzduch, prúdiaci rýchlosťou 190 kilometrov za hodinu, a vyletel priamo ku mne. Pritom vytiahol z puzdra hlavný padák.

Od okamihu, keď som zbadal Chuckov pomocný padák, mal som na reakciu iba veľmi málo času. Za necelú sekundu by som totiž preletel otvárajúcim sa hlavným padákom a s veľkou pravdepodobnosťou by som vrazil rovno do Chucka. Keby som mu v tejto rýchlosti zachytil ruku alebo nohu, hneď by som mu ju odrhol, pričom by som sa sám smrteľne zranil. Keby som vpálil priamo doňho, naše telá by prakticky vybuchli.

Hovorí sa, že v takýchto situáciách čas plynie pomalšie, a je to pravda. Hoci ubiehali mikrosekundy, moja myseľ sa správala, akoby sledovala spomalene prehrávaný film.

Vo chvíli, keď som uvidel pomocný padák, prudko som pripažil, vyrovnal telo tak, aby letelo strmhlav, a mierne sa ohol v bedrových kĺboch. Vo zvislej polohe som nabral rýchlosť a vďaka ohnutiu som sa začal pohybovať nabok –

najskôr pomaly, potom oveľa rýchlejšie. Telo sa mi zmenilo na krídlo, takže som prefrčal tesne popri Chuckovom otvárajúcom sa pestrofarebnom padáku *Para-Commander*.

Preletel som popri ňom vyše dvestoštyridsaťkilometrovou rýchlosťou, teda takmer sedemdesiat metrov za sekundu. Azda preto si asi nevšimol výraz na mojej tvári. Keby sa mu to však podarilo, zbadal by v mojich očiach absolútny úžas. Na situáciu som zareagoval v priebehu milisekúnd. Bola však priveľmi zložitá, a keby som mal čas zamyslieť sa nad ňou, asi by som ju nezvládol.

A predsa... *zvládol* som ju a obaja sme bezpečne pristáli. Môj mozog sa ocitol zoči-voči problému, ktorý si vyžadoval nezvyčajné schopnosti, a zdalo sa mi, že na okamih ich naozaj nadobudol.

Ako sa mi to podarilo? V priebehu vyše dvadsaťročnej kariéry v oblasti akademickej neurochirurgie – zahŕňa skúmanie mozgu, pozorovanie jeho činnosti a operácie – som mal množstvo príležitostí položiť si túto otázku. Napokon som si povedal, že mozog je vskutku výnimočný orgán – výnimočnejší, než si vieme predstaviť.

Dnes si uvedomujem, že pravdivá odpoveď na túto otázku siaha oveľa hlbšie. Na to, aby som si to overil, som však musel úplne zmeniť svoj život aj svetonázor. Táto kniha opisuje udalosti, ktoré k tomu viedli. Presvedčili ma, že hoci mozog je naozaj úžasný, v ten deň mi život nezachránil. V momente, keď sa začal otvárať Chuckov padák, sa prebudila moja iná, oveľa hlbšia súčasť. S bleskovou rýchlosťou mohla konať preto, lebo na rozdiel od mozgu a zvyšku tela vôbec nezávisí od času.

Tá istá časť spôsobovala, že som v detstve tak veľmi túžil vzniknúť sa k oblohe. Je nielen najbystrejšia, ale aj najhlbšia. Väčšinu života v dospelosti som v ňu však neveril.

Teraz sa to zmenilo a na ďalších stranách sa dozviete prečo.

Som neurochirurg.

Roku 1976 som dokončil štúdium na Severokarolínskej univerzite v meste Chapel Hill. Špecializoval som sa na chémiu. Roku 1980 som na Lekárskej fakulte Dukovej univerzity získal titul M. D. V priebehu jedenástich rokov, keď som sa venoval štúdiu medicíny a počiatočnej praxi na Dukovej univerzite, v Massachusettskej všeobecnej nemocnici a na Harvarde, som sa zameriaval na neuroendokrinológiu. Je to štúdium interakcií medzi nervovou sústavou a endokrinnou sústavou (systém žliaz s vnútorným vylučovaním). Tá uvoľňuje hormóny, ktoré riadia väčšinu telesných činností. Zo spomenutých jedenástich rokov som dva venoval výskumu toho, ako krvné cievy v určitej oblasti mozgu patologicky reagujú vo chvíli, keď do nej vytečie krv z aneuryzmy. Tento syndróm je známy ako mozgový vazospazmus.

Po skončení stáže z mozgovocievnej neurochirurgie v Newcastle upon Tyne v Spojenom kráľovstve som pätnásť rokov pôsobil na Lekárskej fakulte Harvardovej univerzity ako docent chirurgie s osobitným zameraním na neurochirurgiu. Za tieto roky som zoperoval nespočetné množstvo pacientov, z ktorých mnohí trpeli ťažkými, život ohrozujúcimi mozgovými ochoreniami.

Moje výskumné aktivity súviseli najmä s vývojom pokročilých technických postupov, ako je stereotaktická rádiochirurgia, metóda, vďaka ktorej chirurg môže zamerať žiarenie na konkrétny cieľ v hĺbke mozgu, pričom nepoškodí susedné oblasti. Pomohol som vyvinúť aj neurochirurgické postupy, ktoré sa vykonávajú pod kontrolou magnetickej rezonancie

a podporujú terapiu ťažko liečiteľných mozgových ochorení, ako sú nádory či cievne poruchy. V priebehu týchto rokov som sa stal autorom či spoluautorom vyše stopäťdesiatich kapitol a článkov, ktoré vyšli v odborne recenzovaných lekárskejších časopisoch. Svoje zistenia som prezentoval na vyše dvesto lekárskejších konferenciách na celom svete.

Stručne povedané, venoval som sa vede. Mojm poslaním sa stalo pomocou nástrojov modernej medicíny pomáhať ľuďom, liečiť ich a získavať nové poznatky o fungovaní ľudského tela vrátane mozgu. Bol som nesmierne šťastný, že som si našiel miesto v živote. Okrem toho som mal vynikajúcu manželku a dve prekrásne deti. Aj keď som sa naplno venoval práci, rodinu, ktorú pokladám za svoje ďalšie veľké požehnanie, som nezanedbával. Uvedomoval som si, že v mnohých ohľadoch mám veľké šťastie.

Opustilo ma až 10. novembra 2008, keď som mal päťdesiatštyri rokov. Zachvátila ma zriedkavá choroba a na sedem dní som upadol do kómy. V tom čase mi vôbec nefungoval neokortex – vývojovo mladšia časť mozgovej kôry a sídlo duševnej činnosti. Jednoducho bol odstavený, akoby celkom chýbal.

Keď zlyhá táto časť mozgu, akoby ste nejestvovali. Ako neurochirurg som si za roky praxe vypočul množstvo príbehov o ľuďoch, ktorí mali nezvyčajné zážitky, najmä po tom, čo sa im zastavilo srdce. Ocitli sa vraj v záhadných neznámych krajinách, rozprávali sa s mŕtvymi príbuznými, ba dokonca sa stretli s Bohom.

Hoci to všetko boli úžasné príbehy, pokladal som ich za výplody fantázie. Čo je príčinou nadpozemských zážitkov, o ktorých títo ľudia tak často rozprávajú? Netvrdil som, že poznám odpoveď, iba to, že ich základom sú mozgové pro-

cesy. Platí to o celom vedomí. Ak nemáte funkčný mozog, nemôžete byť pri vedomí.

Mozog je totiž stroj na vedomie. Ak sa pokazí, vedomie sa stratí. Mozgové procesy sú síce nesmierne zložité a záhadné, no podstata problému je jednoduchá. Ak vytrhnete zástrčku z elektrickej zásuvky, televízor zhasne. Nech už sa vám program páči akokoľvek, skončí sa.

Takto nejako by som vás bol poučil predtým, ako sa mi pokazil vlastný mozog.

Keď som upadol do kómy, nedalo sa povedať, že mozog mi pracuje nesprávne – nefungoval totiž *vôbec*. Myslím si, že práve to bolo príčinou hlbokého a intenzívneho zážitku na prahu smrti (NDE, *near-death experience*), ktorý som v kóme mal. K mnohým zážitkom na prahu smrti dochádza vtedy, keď sa človeku na chvíľu zastaví srdce. Neokortex sa v takýchto prípadoch dočasne inaktivuje, celkovo sa však nepoškodí (za predpokladu, že vďaka kardiopulmonálnej resuscitácii alebo obnoveniu funkcie srdca približne do štyroch minút znova začne dostávať kyslík). V mojom prípade však aktivita neokortexu neprichádzala do úvahy. Vedomie, ktoré som v tom čase mal, existovalo *bez akýchkoľvek obmedzení fyzického mozgu*.

Zažíval som akúsi búrku zážitkov na prahu smrti. Ako praktizujúci neurochirurg, ktorý sa desiatky rokov venoval výskumu a operáciám pacientov, som pomerne ľahko mohol posúdiť realitu a dôsledky toho, čo sa mi prihodilo.

Ich ďalekosiahlosť sa azda ani nedá opísať. Svojím zážitkom som si potvrdil, že smrť tela a mozgu neznamená koniec vedomia, že ľudská existencia siaha za hrob a, čo je ešte dôležitejšie, pokračuje pod dohľadom Boha. Všetkých nás miluje, stará sa o nás a záleží mu na tom, kam smeruje vesmír a všetky bytosti v ňom.

Miesto, na ktoré som šiel, bolo skutočné. Život, čo žijeme tu a teraz, v porovnaní s ním pripomína sen. Neznamená to však, že si ho necením. Práve naopak, vážim si ho väčšmi než kedykoľvek predtým. Vnímam ho totiž v správnom kontexte.

Má svoj zmysel, no odtiaľto ho nevidíme – aspoň väčšinou. To, čo sa mi stalo, keď som upadol do kómy, je celkom iste najvýznamnejší príbeh, aký kedy vyrozprávam. Nehovorí sa mi však ľahko, pretože je na míle vzdialený od bežného chápania. Nemôžem ho jednoducho vykričať len tak do sveta. Moje závery sa navyše zakladajú na lekárskej analýze zážitku. K tej som zasa dospel vďaka dôvernej znalosti najmodernejších predstáv v oblasti mozgovej vedy a výskumu vedomia. Len čo som si uvedomil, aká pravda sa skrýva za mojou cestou, pochopil som, že ju *musím* vyrozprávať. Hlavným zmyslom môjho života sa stalo to, aby som to urobil správne.

Nechcem tým povedať, že som zanechal lekársku prax a život neurochirurga. Dostal som však výsadu pochopiť, že život sa nekončí smrťou tela či mozgu. Preto pokladám za svoju povinnosť či poslanie opísať ľuďom, čo som videl za hranicou telesnosti a pozemskosti. Svoj príbeh túžim vyrozprávať najmä tým, ktorí už podobné historky počuli a chceli im uveriť, no nepodarilo sa im to.

Práve týmto ľuďom je teda určená táto kniha a jej posolstvo. To, čo vám rozpoviem, je dôležitejšie ako čokoľvek iné, čo vám ľudia môžu povedať. Navyše je to pravda.