

RAZLAGE OBSMRTNEGA DOŽIVLJANJA

Janek Musek

Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta

Univerza v Ljubljani

Aškerčeva 2 1000 Ljubljana

Tel: +386 3634170

janek.musek@guest.arnes.si; janek.musek@ff.uni-lj.si

POVZETEK

Obsmrtna doživetja so enigmatičen pojav, ki ga skušajo razložiti razne hipoteze. V prispevku skušam kratko razčleniti najbolj pogoste razlage obsmrtnega doživljanja. Razdelimo jih lahko v tri velike skupine. V prvi so verske, filozofske in druge razlage, ki tolmačijo obsmrtna doživetja kot izkustvo transcendentne realnosti. V drugi skupini so naravoslovne znanstvene razlage (zlasti nevrofiziološke) in v tretji psihološke razlage. Kot kaže, za zdaj tako naravoslovne kot psihološke razlage v celoti še ne morejo pojasniti obsmrtnega doživljanja.

1 UVOD

V obsmrtnih doživetjih so od nekdaj videli nekakšno tostransko "okno" v onstranski svet. Samoumevno in organsko so jih povezovali s predstavami o posmrtnem življenju in jih jemali kot dokaz za takšno življenje. Tudi v filozofskih in verskih refleksijah se obsmrtna doživljanja organsko povezujejo s transcenco in transcendentnim izkustvom. V tej smeri se torej gibljejo prvotne in seveda tudi danes še vedno prisotne razlage obsmrtnega doživljanja.

Zanimanje znanosti za obsmrtna doživetja pa je seveda na stežaj odprlo vrata alternativnim znanstvenim razlagam. A teh je veliko in v grobem jih lahko razdelimo v dve zelo veliki in razvejani skupini. V prvi skupini gre za naravoslovne (nevrofiziološke, farmakološke, fizikalne) in v drugi za psihološke razlage in tolmačenja.

2 TRANSCENDENTALNE RAZLAGE

Najstarejša in še vedno verjetno najbolj pogosta razlaga onstranskih pričevanj je seveda razlaga, da gre za izkustva onstranske realnosti, realnosti, ki transcendira tostransko realnost in v kateri posameznik kljub temu na neki način nadaljuje svojo eksistenco. Ta razlaga se na eni strani povezuje s tradicijo verovanj v onstranstvo in v posmrtno življenje, na drugi strani pa tudi s tradicijo, ki poroča o mističnih izkušnjah ter z njo povezano tradicijo mistične filozofije. Danes se na to tradicijo navezujejo tudi "novodobne" (new age) razlage onstranskih pričevanj. Pri njih gre v bistvu za prenovno religiozno in mistično razlag. Tudi z njihovega vidika gre za vstopanje v nov, radikalno drugačen način bivanja in izkustva, ki je lasten človeku kot duhovnemu bitju.

3 NARAVOSLOVNE RAZLAGE

V novejšem času, ko je postalo raziskovanje onstranskih pričevanj, zlasti raziskovanje obsmrtne doživetij, zelo aktualno, se je pojavilo tudi veliko znanstvenih razlag in tolmačenj. V grobem bi jih lahko razdelili na naravoslovna (biološka, nevrofiziološka, medicinska, farmakološka, fizikalna idr.) in psihološka tolmačenja ter razlage.

V prvi skupini so recimo razlage, da bi obsmrtna izkušnja lahko bile posledica posebnih nevrofizioloških stanj, npr. takšnih, kot jih izzovejo droge in podobna farmakološka sredstva. Lisergična kislina (LSD) in nekateri drugi psihedeliki bi lahko bilo tako sredstvo. Ugotavljali so, da uživanje LSD lahko povzroči halucinacije z religiozno vsebino in doživljanje izstopanja iz telesa (zunajtelesno izkustvo). Vendar ima ta razlaga veliko slabosti (Sabom, 1982). Pri uživanju LSD se tovrstna doživljanja sicer lahko pojavijo, vendar ne po pravilu; pojavljajo se namreč mnoge, vizualno in čustveno zelo različne izkušnje, medtem ko se pri obsmrtnih pričevanjih ta doživljanja pojavljajo po pravilu. Dalje, pri obsmrtnih doživetjih se navadno pojavi oboje, zunajtelesna izkušnja in izkušnja religiozne vsebine, medtem ko to pojavljanje pri uživanju LSD nikakor ni vzporedno. In končno, verjetno najpomembnejša razlika: izkušnje s pomočjo LSD posameznik po pravilu doživlja kot iluzorne, halucinativne, kot izkrivljanje realnosti, pri čemer se zaveda obstoja "prave" realnosti, ki je drugačna - obsmrtna izkušnja in druga onstranska pričevanja pa doživljajo posamezniki kot intenzivno in pravo realnost.

Do podobnih zaključkov pridemo tudi pri drugih farmakoloških in nevrofizioloških razlagah (Carr, 1981, 1989). Obsmrtna izkustva so skušali pojasnjevati z delovanjem narkotikov in poživljajočih drog. Morfin in heroin povzročata intenzivna doživetja, tudi vrhunska, a le redko so po vsebini primerljiva z obsmrtnimi ter onstranskimi pričevanju. Poleg tega često povzročata stranske učinke (slabost, bruhanje, omamljenost, nezmožnost koncentracije, motnje vida), ki so vse prej kot prijetni in jih pri obsmrtnih pričevanjih ne zasledimo - vsaj ne takšnih. Marijuana, kokain, PCP, amfetamin in barbiturati tudi povzročajo psihične učinke, vendar so ti zelo oddaljeni od ustaljenega vzorca obsmrtne izkušnje, tako po vsebini kot po načinu doživljanja. Vsekakor pa se obsmrtna izkušnja ne povezujejo

z občutji tesnobe, depresivnosti ali paranoidne sumničavosti, ki pa so pri uživanju naštetih drog pogosta.

Pojavljajo se tudi razlage, da bi obsmrtna doživetja lahko bila posledica anestetičnih preparatov, ki jih pogosto dobijo pacienti z ublažitvev ali odstranitvev bolečin. Toda večina teh preparatov, med njimi halotan, surital, nitrooksid in nembital ne povzročajo zunajtelesnih izkušenj, halucinacij in drugih občutij radikalno spremenjene realnosti. In vsekakor so poročali o obsmrtnih izkušnjah tudi ljudje, ki zanesljivo niso dobili anestetikov. Med anestetičnimi sredstvi je morda najbolj zanimiv ketamin, ker dejansko lahko povzroči učinke, ki spominjajo na nekatere prvine obsmrtnega doživljanja (Jansen, 1996). Med temi učinki je občutje zunajtelesnosti in videnje lastnega dvojnika. Toda psihični učinki ketamina so najpogostejše zastrašujoči in to tako, da so ta preparat vzeli iz medicinske uporabe. To je seveda v popolnem nasprotju s večinom pozitivnim doživljanjem obsmrtnih izkušenj.

Med drugimi razlagami naj omenimo še dve, ki sta se morda tudi najbolj uveljavili. Po eni naj bi obsmrtno doživljanje povzročilo pomanjkanje kisika in odmiranje možganskih funkcij (Blacher, 1980). Vsekakor tudi pri tej teoriji ni jasno, kako naj bi pomanjkanje kisika v možganih povzročalo specifični vzorec doživljanja, o katerem poročajo ljudje z obsmrtnimi izkušnjami. Poročila o doživljanju hipoksičnih stanj (npr. pri pilotih in alpinistih) sicer govore o zanimivih psihičnih učinkih, ki pa le v nekaterih pogledih spominjajo na obsmrtno izkušnje. Opravili so celo posebno eksperimentalno raziskavo pri pacientih, za katere se je mislilo, da so na tem, da umrejo, a so še pravočasno uspeli z oživljanjem. Izkazalo se je, da pri tistih, ki so poročali o obsmrtnih izkušnjah, izguba kisika ni bila nič večja kot pri tistih, ki teh izkušenj niso imeli.

Druga zanimiva razlaga pravi, da se pri soočanju s smrtno nevarnostjo začno v možganih izločati v povečani količini endorfini, torej naravne snovi, ki delujejo podobno kot morfini, namreč tako da lajšajo bolečine in "dvigujejo" naše razpoloženje (Carr, 1981, 1989). Endorfini so naravna sredstva za doseganje blaženosti in po tej razlagi naj bi hud stres pri soočanju s smrtno nevarnostjo sprožil njihovo delovanje kot nekakšno obrambno reakcijo organizma. Endorfini naj bi povzročili psihično stanje haluciniranega intenzivnega zadovoljstva in vznosenosti, ki naj bi prekrila stres in bolečine. A tudi s to razlago je zelo težko razložiti značilni vzorec obsmrtnega doživljanja. Zakaj se ta ne pojavlja v drugih primerih, ko ljudje trpijo zaradi hudih bolečin in ko naj bi se prav tako v večji količini izločali endorfini? Zdi se tudi, da endorfinom ne moremo kar tako pripisati halucinogenih učinkov.

Poglavitna pomanjkljivost medicinskih in fizioloških razlag je dejstvo, da ni nobenega dokaza, da bi se v kritičnem stanju, po katerem posamezniki poročajo o obsmrtnih izkušnjah, resnično v njihovih možganih dogajali procesi in spremembe, ki jih te razlage predvidevajo. Vsaj za zdaj ni npr. nobenega dokaza, da bi se ob soočenju s smrtno nevarnostjo v

možganih v večjih količinah izločali endorfini. Še manj verjetno se zdi, da bi dogajanje, ki ga ljudje tolmačijo kot obsmrtna doživetja, lahko povzročale halucinogene in druge droge.

4 PSIHOLOŠKE RAZLAGE

Zaradi teh težav se mnogim zdijo bolj prepričljive psihološke in psihopatološke razlage. V psihopatologiji je poznan pojav ti. avtoskopije, ko prizadeti vidi samega sebe kot nekakšnega zrcalnega dvojnika. Ta pojav se včasih povezuje z utrujenostjo, migreno, pa tudi s tumorji in možganskimi poškodbami. Nekateri vidijo v avtoskopiji podoben pojav kot je zunajtelesna izkušnja. Toda v resnici ne gre za isti pojav. Pri avtoskopiji nimamo občutka, da smo zunaj lastnega telesa, ampak občutek, da smo v lastnem telesu in da vidimo svojega dvojnika. Avtoskopski občutek je npr. takrat, ko ležimo in imamo vtis, da nekje nad seboj vidimo svojo zrcalno podobo. Zunajtelesno občutje pri obsmrtnem doživljanju pa je povsem drugačno. Takrat imamo občutek, da smo zapustili svoje prvotno telo in da iz neke druge pozicije in v nekem novem "telesu" opazujemo svoje prvotno telo.

Med psihološkimi razlagami jih lahko navedemo še nekaj. Nekateri menijo, da imamo pri obsmrtnih izkušnjah opraviti s psihičnimi obrambnimi mehanizmi, ki nam omogočijo, da prenesemo obsmrtni stres (Greyson, 1983a,b; Noyes and Kletti, 1976a,b). Noyes govori o "prehodni depersonalizaciji". V kritičnem trenutku se sproži psihična obrambna reakcija, ki nam ustvari iluzijo, da smo ločeni od telesa in stresnega telesnega dogajanja. V grozi pred smrtjo si ustvarimo iluzijo blažene transcendentne realnosti, ki jo tisti, ki preživijo, tolmačijo kot obsmrtno doživetje. Ta razlaga pa ne more pojasniti, zakaj je vzorec obsmrtnega doživljanja tako enoten in značilen. Če bi šlo za obrambno haluciniranje, potem bi lahko pričakovali nešteto možnih doživljanj "transcendentne iluzije", nikakor pa ne specifičnega vzorca, ki se v glavnih potezah ponavlja od primera do primera.

Podobno menijo drugi raziskovalci, da gre pri obsmrtnih doživetjih za sprožitev obrambnih mehanizmov, ki povzročijo regres v zgodnjo, preverbalno fazo razvoja (Greyson, 1983).

Nekateri psihologi, psihoanalitiki, v zadnjem času pa se jim je pridružil celo slavni astronom Carl Sagan, razlagajo obsmrtno izkušnje kot priklic spomina na lastno rojstvo, ki naj bi sprožila skrajno kritična situacija posameznika (Grof in Halifax, 1977). Ob tem se sklicujejo na to, da potovanje skozi teman tunel spominja na pot novorojenčka skozi porodni kanal; slepeča in nepojmljivo intenzivna svetloba na koncu bitja, o kateri poročajo obsmrtni pričevalci, spominja na prihod novorojenca iz intrauterine nesvetlobe v zaslepljujočo bleščavo ekstrauterinega sveta in končno, srečanje s svetlobnim bitjem naj bi bilo morda spomin na v belo oblečenega zdravnika porodničarja, ki sprejme novorojenčka na koncu poti. Kritiki te razlage seveda opozarjajo na njene

pomanjkljivosti. Opozarjajo, da spomini na rojstvo nikakor ne bi mogli biti tako pozitivni; veliko bolj verjetno je, da bi morali biti neprijetni in travmatični. Tudi psihoanalitiki navadno pojmujejo rojstvo kot izjemno travmatski dogodek. In zanimivo je, da je spomin na rojstvo v hipnotski regresiji navadno neprijeten. Še bolj zanimivo je to, da nekatere osebe, ki trdijo, da so se v hipnotski regresiji spominjale svojih prejšnjih rojstev, življenj in smrti, navadno ocenjujejo doživljanje smrti kot zelo prijetno izkušnjo, doživljanje rojstva pa kot neprijetno. Tudi vzporedja med obrojstnim in obsmrtnim dogajanjem niso tako prepričljiva, kot se zdijo na prvi pogled. Bliskovita pot skozi silno dolg tunel, o kateri govore obsmrtni pričevalci se nekako ne ujema najbolje s počasnim in mučnim pritiskanjem novorojenčka na stene porodnega kanala.

Ob tej razlagi bi opozoril še na eno zanimivost. O možnosti, da bi obsmrtno doživljanje predstavljalo spomin na obrojstno dogajanje, so običajno govorili razlagalci obsmrtnega doživljanja in v obstoječi literaturi nisem zasledil primera, da bi na takšno misel prišle osebe, ki so doživele obsmrtno izkušnjo, same. Zato sem bil nemalo presenečen, ko sem od nekoga, ki je poročal o svojem lastnem obsmrtnem doživljanju, slišal, da je ob doživljanju potovanja skozi tunel zaznal v temini barvne vzorce in lise, ob katerih je dejansko - in to že ob samem doživljanju - asociiral na žile in na potovanje skozi porodni kanal. Pa vendar se mi te asociacije ne zdijo tako zelo presenetljive. Obsmrtno doživljanje, zlasti pot skozi tunel, ki se konča z vstopom v svetlobo, je posebna, zelo intenzivna izkušnja, ki z vsakdanjim življenjem nima velike skupnega. Takšne izkušnje morda lahko izzovejo priklic že sicer potlačenih podobnih izkušenj in dejansko je v življenju človeka rojstvo edina izkušnja, ki vsaj zelo v grobem spominja na pot skozi tunel.

Obsmrtna doživetja so primerjali tudi z učinki senzorne deprivacije (Siegel, 1980, 1981). Naši duševni centri lahko reagirajo na stanje prekinjenega senzornega pritoka, tako da "praznino" zapolnijo s smiselnimi tolmačenji. Vsekakor je znano, da lahko senzorna deprivacija močno spremeni naše zavestno stanje.

V luči jungovske psihologije bi lahko v značilnem vzorcu obsmrtnega doživljanja videli skupno, kolektivno stvaritev našega duha, arhetip, ki se pojavlja v vseh dobah, vseh kulturah in morda pri vseh posameznikih, ki se soočajo s smrtjo. Toda arhetipska razlaga obsmrtnega doživljanja ni končna razlaga. Vodi nas samo do nadaljnega vprašanja: od kod ta značilni arhetipi? Je tako, kot drugi arhetipi povzete izkustva, ki je dano vsej človeški vrsti, v tem primeru izkustva transcendentnega sveta, izkustva onstranskosti?

5 NAMESTO ZAKLJUČKA

Kot bi lahko očitali transcendentalističnim in mističnim razlagam onstranskih pričevanj, da poskušajo skrivnostne pojave pojasnjevati s še bolj skrivnostnimi, je treba priznati, da so tudi edine, ki te pojave in njihove značilnosti razlagajo

v celoti in popolno. Alternativne razlage pojasnijo nekatere pojave, o katerih pogosto poročajo onstranski pričevalci, nobena od njih pa ne pojasni dobro njihove celote, njihovega kombiniranja v značilni vzorec. A to seveda ne pomeni, da se takšna razlaga kdaj ne bo pojavila.

Če izhajamo iz duhovne stvarnosti, kot edine, ki je za človeka izkustveno in logično nedvomna, potem moramo ugotoviti, da nimamo prav nobenega odločilnega argumenta za trditev, da mora ob smrti prenehati duhovna eksistenca posameznika. A tudi če ne preneha, se na žalost s prenehanjem telesne aktivnosti radikalno zmanjša možnost, da bi informacije o posmrtni eksistenci sporočali živečim. Edina pričevanja, ki jih lahko vsaj pogojno štejejo kot posredni "dokaz", so prav obsmrtna in spiritualna pričevanja, ki potrjujejo nadaljevanje duhovne eksistence in celo identitete.

Osebnost se mi zdi posebno zanimivo vprašanje, ali je ločnica med znanstvenimi in transcendentalnimi razlagami obsmrtnega doživljanja resnično tako nepremostljiva, kot se zdi z današnjega gledanja na stvari. Transcendentne razlage niso razlage v pravem smislu besede, saj se samo sklicujejo na obstoj transcendentne stvarnosti, ki jo pač konstatirajo. A ta stvarnost je očitno takšna, da bi njeno pravo raziskovanje docela spremenilo sam pojem raziskovanja. Po drugi strani pa si za trenutek zamislimo, da se bo nekoč pojavila plavzibilna teorija, ki bo znala pojasniti celoten vzorec obsmrtnega doživljanja z znanstvenimi termini. Močno dvomim, da se bo lahko pojavila takšna razlaga, ne da bi v temeljih pretresla naša običajna pojmovanja materije in duha in naše običajne predstave o življenju in smrti. Tako pridemo tudi v tem primeru do zelo podobnega zaključka: perspektiva raziskovanja bo tudi v tem primeru takšna, da se bo moral popolnoma spremeniti sedanji pojem raziskovanja, vezan na proučevanje "objektivne realnosti", ki pa nam tako ali tako ni dostopna drugače kot subjektivno, skozi subjektivni konsenz.

Literatura

- Blacher, R. S. (1980). The near death experience. *Journal of the American Medical Association*, 244, 30.
- Carr, D. B. (1981). Endorphins at the approach of death. *Lancet*, 1, 390.
- Carr, D. B. (1989). On the evolving neurobiology of the near-death experience. *Journal of Near-Death Studies*, 7, 251 - 254.
- Greyson, B. (1983a). The psychodynamics of near-death experiences. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 171, 376 -380.
- Greyson, B. (1983b). Near-death experiences and personal values. *American Journal of Psychiatry*, 140, 618.
- Grof, S. and Halifax, J. (1977). *The Human Encounter With Death*. E. P. Dutton, New York.

Jansen, K. L. R. (1996) Using ketamine to induce the near - death experience: mechanism of action and therapeutic potential. *Yearbook for Ethnomedicine and the Study of Consciousness (Jahrbuch furr Ethnomedizin und Bewubtseinsforschung) Issue 4*, 1995 (Ed.s C. Ratsch; J. R. Baker); VWB, Berlin, pp. 55-81.

Noyes, R. and Kletti, R. (1976a). Depersonalisation in the face of life threatening danger: a description. *Psychiatry*, 39, 19 - 30.

Noyes, R. and Kletti, R. (1976b). Depersonalisation in the face of life threatening danger: an interpretation. *Omega*, 7, 103-108.

Sabom, M. (1982). *Recollections of Death*. New York: Harper and Row, 1982.

Siegel, R. K. (1980). The Psychology of life after death. *American Psychologist*, 35, 911-950.

Siegel, R. K. (1981). Accounting for after-life experiences. *Psychology Today* 15, 67.