

**LBRIS**

We know  
books

**DR. BRUCE GREYSON**

# Dincolo

Un medic explorează ce ne dezvăluie experiențele  
la limita morții despre viață, moarte și lumea de dincolo

Traducere de Simina Bălășoiu

**LITERA**  
București

## CUPRINS

---

<i>Introducere. O călătorie pe un teren neexplorat</i> .....	9
1. O știință a inexplicabilului .....	27
2. În afara timpului .....	45
3. Revederea vieții .....	57
4. Cum obții întreaga poveste? .....	71
5. Cum știi ce este real? .....	83
6. Și-au ieșit din trupuri? .....	99
7. Ori și-au ieșit din minți? .....	117
8. Sunt reale experiențele la limita morții? .....	135
9. Biologia morții .....	147
10. Creierul în pragul morții .....	167
11. Minte nu e totuna cu creierul .....	179
12. Conștiința continuă să existe? .....	195
13. Rai sau iad? .....	207
14. Sau Dumnezeu? .....	225
15. Asta schimbă totul .....	241

16. Ce înseamnă toate acestea? .....	259
17. O nouă viață .....	275
18. Aterizare dificilă .....	287
19. O nouă viziune asupra realității .....	307
20. Viața dinainte de moarte .....	317
<i>Mulțumiri</i> .....	329
<i>Note</i> .....	355

## 1.

## O știință a inexplicabilului

**N**u mai întâlnisem niciodată un om cu jumătate de față. Eram de șase luni psihiatru rezident, când Henry a fost internat în spitalul unde lucram. Când l-am văzut prima oară întins pe pat, era greu să nu te uiți insistent la partea dreaptă a feței, unde ar fi trebuit să fie maxilarul și obrazul. Chirurgii plasticieni făcuseră o treabă extraordinară, luându-i de pe abdomen grefe de piele și acoperindu-i cu ele rănila de pe față, dar, chiar și așa, mi-a fost greu să nu-mi scape o grimasă, când m-am uitat la el. Vorbea încet și împleticit, folosindu-și doar partea stângă a gurii. Dar, oricât de stânjenit m-aș fi simțit, el nu părea deloc jenat sau reticent în a vorbi cu mine. De fapt, părea calm și stăpân pe sine, când mi-a povestit ce se întâmplase după ce se împușcase.

Pe atunci, Henry era trecut de 40 de ani. Fusesse cel mai mic copil dintr-o familie săracă de fermieri. Când se căsătoriseră, frații mai mari se mutaseră cu toții de la fermă, însă Henry, deși se însurase și el, nu părăsise căminul părintesc. Când avea el 23 de ani, tatăl lui suferise un atac de cord, în timp ce erau la vânatoare. Henry reușise să-l aducă înapoi la fermă, însă tatăl îi murise în brațe. Mama lui preluase apoi responsabilitatea administrării fermei, iar câțiva ani mai târziu, soția îl părăsise, luând cu ea copiii, pentru a locui împreună cu părinții ei în oraș.

Cu zece luni înainte ca el să se impuște, mama lui Henry făcuse pneumonie. El o dusesese cu mașina la spital, unde fusese internată. Mama îl rugase să nu plece de lângă ea, dar Henry se întorsese acasă în noaptea aceea, ca să hrănească găinile. Când venise din nou la spital, a doua zi de dimineață, mama lui era inconștientă, iar după câteva ore, murise.

Henry fusese devastat de moartea mamei lui și începuse să bea mult. Chinuit de sentimentul de vinovăție că o abandonase în spital, visa în fiecare noapte că mama lui trăia. Nu se încumetase să se atingă de lucrurile ei, așa că lăsase totul în casă așa cum fusese pe vremea când trăia ea. Când bea, devenea trist, repetându-și la nesfârșit: „Casa asta nu mai e casa mea“. Până la urmă, într-o zi, după câteva luni de depresie și după ce toată dimineața nu făcuse decât să bea, se dusesese în cimitirul unde erau înmormântați părinții lui, luând cu el o pușcă.

Acolo, stătuse pe mormânt vreo două ore, tot retrăind discuții și imaginându-și că vorbea cu ei, apoi se hotărâse că era timpul să li se alătore. Se întinsese pe mormânt, cu capul în locul unde credea că era pieptul mamei lui. Fixase între picioare pușca de vânatoare de calibrul 22, țintise spre bărbie, apoi apăsase ușor pe trăgaci cu degetul mare. Glonțul îi sfâșiase partea dreaptă a feței, lăsând un șir de fragmente metalice implantate în maxilar și tâmplă, însă, ca prin minune, nu-i trecuse prin creier.<sup>1</sup>

În timp ce-i puneam întrebări, am încercat să-mi păstrez vocea calmă și să evit să mă uit insistent la obrazul cusut.

– Pare foarte dureros, i-am spus. Nu pot decât să-mi imaginez ce ți-a trecut atunci prin minte. Cum ai resimțit totul?

Partea stângă a feței lui Henry s-a curbat într-o jumătate de zâmbet.

– Imediat ce am apăsat pe trăgaci, a zis el, tot ce era în jurul meu a dispărut: dealurile, munții din spatele lor, totul s-a topit.

S-a uitat în sus spre mine. Am dat din cap și l-am întreat: – Și pe urmă?

– M-am trezit pe o pajiște minunată, cu flori de câmp. Acolo m-au întâmpinat cu brațele deschise mama și tata. Mama i-a zis tatei: „Uite-l pe Henry“. Era tare bucuroasă că mă vede. Apoi s-a uitat la fața mea și expresia i s-a schimbat. A dat din cap și a spus: „Vai, Henry, uite ce-ai făcut!“

Henry a făcut o pauză și și-a privit mâinile, apoi a înghițit. Am așteptat un pic și am adăugat:

– Cred că ți-a fost tare greu. Cum te-ai simțit?

A ridicat din umeri și a clătinat din cap, apoi a luat o gură mare de aer.

– Asta a fost tot. Apoi m-am trezit din nou în cimitir, iar ei dispăruseră. Am simțit balta călduță de sânge sub cap și m-am gândit c-ar fi fost bine să cer ajutor. Am început să mă târăsc spre camionetă, dar, până să ajung acolo, un gropar m-a văzut și a alergat spre mine. Mi-a înfășurat capul într-o bucată de pânză și m-a dus la spital – apoi a ridicat iar din umeri: Și iată-mă aici.

– Asta da experiență! i-am spus. Îți mai văzuseși părinții după ce au murit?

A scuturat din cap:

– Nu, dar m-am bucurat să-i văd acolo împreună.

– Se pare că, după ce te-ai împușcat, ți-ai pierdut cunoștința, cel puțin pentru o scurtă perioadă. Crezi că e posibil să-ți fi văzut părinții în vis?

Henry și-a țuguia buzele și a dat din cap că nu:

– Nu era un vis, a spus. Întâlnirea mea cu mama și tata a fost tot atât de reală ca asta de acum, cu dumneavoastră.

A trebuit să iau o pauză și să încerc să pun cap la cap ceea ce-mi spusese el. Totul avea sens pentru Henry: i-a văzut pentru că ei îl întâmpinau în rai. Dar, din perspectiva mea științifică, această experiență nu putea fi reală. Am trecut în revistă, în gând, toate posibilitățile. Să fi fost Henry psihotic? Să fi fost

atât de beat, încât să aibă halucinații? Să fi stat atât de mult timp pe mormântul părinților, încât să fi intrat în sevraj și în *delirium tremens*? Să fi fost viziunea aceea a părinților lui doar o parte din suferința provocată de moartea lor?

Nu aveam argumente pentru a-l declara pe Henry nebun. În acel moment, după mai multe zile petrecute în spital, vorbea calm și nu era nimic ciudat în felul lui de a se purta. Nu manifestase niciun semn fizic de sevraj de când fusese internat. Spre surprinderea mea, nu părea deloc trist.

– Când ai apăsât pe trăgaci, l-am întrebat, ce sperai să se întâmple?

– Pur și simplu nu mai voiam să trăiesc, a zis repede. Nu-mi păsa ce se-ntâmpla. Eram sătul de toate și nu puteam continua fără mama.

– Și acum? Te mai gândești să sfârșești cu toate?

– Nu mă mai gândesc deloc la asta acum, a zis el. Mi-e dor de mama, dar acum sunt fericit că știu unde e.

În scurta mea perioadă de psihiatru stagiar, nu mai văzusem niciodată pe cineva care să fi supraviețuit unei tentative de sinucidere și care să fi ieșit din acea experiență atât de încrezător ca Henry. Spunea că-i era rușine că încercase să se sinucidă, dar că era recunoscător pentru viziunea pe care o avusese. Era nerăbdător să vorbească și cu alți pacienți, pentru a-i asigura că viața este valoroasă și sfântă. Indiferent de modalitatea prin care ajunsese să-și vadă părinții, această viziune îl ajuta, în mod clar, să facă față durerii.

Întâmplarea a avut loc cu câțiva ani înainte ca formula „experiență la limita morții” să apară în limba engleză, iar singura încadrare pe care am avut-o pentru experiența lui Henry a fost cea de „halucinație”, o reuniune imaginară a lui cu părinții decedați. Am privit această experiență ca pe un mecanism psihologic de apărare, și nimic mai mult.

Asta se întâmpla la numai câteva luni după ce Holly îmi spusese că văzuse pata de pe cravată, iar eu încă încercam să

găsec o explicație. Însă am perceput în mod diferit experiența lui Henry, față de cea a lui Holly. Ea susținea că ar fi auzit și văzut lucruri aflate departe de trupul ei inconștient, dar situate în limitele lumii fizice normale. Nu relatase c-ar fi văzut sau auzit spirite. Henry, pe de altă parte, susținea c-ar fi văzut și auzit spiritele părinților lui morți. Însă cea mai mare diferență era că viziunea lui Henry o puteam privi dintr-un punct de vedere obiectiv și științific. Holly, pe de altă parte, mă implicase pe mine personal în viziunea ei, dezechilibrându-mă ori de câte ori încercam s-o analizez și făcându-mă să caut în van o explicație.

Am putut eticheta viziunea lui Henry drept „mecanism psihologic de apărare”. Dar cum puteam oare să-l conving că nu fusese reală? Știam că, dacă i-aș fi spus că-și imaginase totul, aș fi pierdut legătura pe care o aveam cu el în calitate de medic. Și mai puteam să observ cât de folositoare era pentru el acea viziune și câtă însemnătate avea pentru rezolvarea gândurilor lui suicidale. Vedeam viziunea lui ca pe o halucinație pe care subconștientul o crease pentru a-l ajuta să facă față durerii pricinuite de moartea mamei. Am hotărât că modul în care puteam să-l ajut cel mai mult, ca medic, era să-i consolidez valoarea viziunii avute, și nu să-i subminez singurul lucru care-i dădea un motiv să trăiască. Mesajul meu către el era unul direct și simplu: „Se pare că ai avut parte de o experiență foarte puternică și răscolitoare, care ți-a dat un nou scop în viață. Hai să vedem ce înseamnă pentru tine și către ce te îndrepti de-acum încolo.”

Intenția mea era să explorez împreună cu Henry sensul simbolic al viziunii lui ca pe o cale de a se reuni la nivel psihologic cu mama lui decedată. El, însă, a luat vizita făcută părinților lui morți la modul cel mai concret, și nu ca un simbol a ceva. Nu mi-a trecut prin cap, la momentul acela, c-ar fi putut-o vedea ca reală pentru că, pur și simplu, *era* reală. Nimic din trecutul sau pregătirea mea de până atunci nu-mi sugera

că Henry își văzuse părinții cu adevărat. Fusesem crescut de un chimist, a cărui percepție asupra realității era dată de tabloul periodic al elementelor.

Tatăl meu era chimist în timpul zilei, iar noaptea... ei bine, și atunci tot asta era. Își construise câte un laborator în pivnița fiecărei case în care am stat în copilărie. A doua mare pasiune a lui, după cea pentru știință, era bucuria de a o împărtăși cu ceilalți. Când eram încă în școala primară din Huntington, în statul New York, m-a învățat să folosesc un arzător Bunsen, un cântar, un aparat de centrifugare, un mixer magnetic, un cilindru gradat, o retortă în formă de con și una cu fundul rotund.

Multe experimente pe care le făcea aveau la bază teflonul, și asta imediat după ce fusese descoperit din întâmplare de un cercetător de la compania DuPont. Tata lucra la o mică firmă de produse chimice care fabrica obiecte din teflon, ca, de pildă, izolații pentru cabluri sau pile de combustie pentru rachete. Principalul avantaj al teflonului, față de alte protecții, era că suprafața obținută devenea atât de alunecoasă, încât aproape nimic nu se mai lipea de ea. Unele creații ale tatălui meu au dus la progrese utile. A pulverizat cratițele, tigăile și spatulele mamei cu mai multe tipuri de teflon, și asta cu câțiva ani înainte ca vasele de bucătărie de acest fel să înceapă să se găsească de vânzare, cu toate că, din când în când, mai găseam câte o bucătică de teflon în mâncare. Alte invenții de-ale lui nu au avut atât de mult succes. Punea inserții de teflon în pantofii noștri, ca să nu ne mai provoace bășici. Deveneau atât de alunecoși, încât la fiecare pas piciorul îmi aluneca înăuntru pantofului. Devenise o corvoadă să merg, iar să alerg era de-a dreptul periculos. Pentru tata, era mai puțin important dacă experimentele lui aveau succes sau nu. Mai

importante erau entuziasmul cu care le făcea și imposibilitatea de a prezice dacă aveau sau nu să dea roade.

Un fior de anticipație mi-a trecut pe șira spinării în momentul în care m-am întins cu fața în sus pe piatra pe care se săvârșeau sacrificii. Razele soarelui se jucau printre pinii falnici, căzând peste dafinii de munte și tufele de rododendron, iar păsările ciripeau în vânticelul răcoros al dimineții. Pe suprafața lespezii mari de granit era un șanțuleț adânc de un centimetru care mergea de jur-împrejurul meu, iar mai jos de picioare era un jgheab mic, între șanțul circular și marginea lespezii. Întreaga lespede, care e posibil să fi cântărit mai mult de o tonă, stătea câțiva metri deasupra solului, susținută de patru pietre.

Tatăl meu, un bărbat scund și lat în umeri, cu o licărire jucăușă în ochi, se plimba încoace și încolo în jurul lespezii, cu o ruletă în mână și o pipă în colțul gurii, luându-și notițe și făcând scheme într-un carnețel. Încăperile de piatră – în număr de 12 sau cam așa ceva –, zidurile, canalele de scurgere care înconjurau lespede de granit, precum și pietrele verticale care păreau să se alinieze, astfel încât să fie cu vederea spre soare la anumite momente ale anului, erau un mister. De fapt, proprietarul de la mijlocul secolului XX al terenului din Salem, New Hampshire, l-a denumit „Dealul Misterelor“. Alți cercetători ai locului au speculat că era posibil ca ansamblul să fi fost construit de către coloniștii vikingi în jurul anului 1000 d.H., cu sute de ani înainte de sosirea lui Columb în America, de către celții din Insulele Britanice în jurul anului 700 î.H. sau, în sfârșit, de triburile indiene Abenaki și Pennacook, de-a lungul a mii de ani.

Oricare i-ar fi fost originea, faptul că stăteam întins pe lespede rece mă făcea să simt fiori pe șira spinării. Îmi și

imaginam cum sângele îmi era colectat în șanțul din jurul corpului, pentru a fi strâns în jgheabul de sub picioare și apoi într-o găleată. Era înfricoșător, dar era și incitant. Cam așa eram atunci, un băiat de zece ani, care-și ajuta tatăl să rezolve un mister al științei. Nu știam exact dacă fiorul pe care-l simțeam era mai mult o reacție la lespede de piatră, într-o zi de toamnă răcoroasă din Noua Anglie, sau era un fior al descoperirii. Căci tata exact asta simțea, iar eu eram deja încântat să particip la Marșul Științei, forțând limitele necunoscutului. La vârsta aceea, eram deja captivat de știință, de metoda de a afla răspunsuri la întrebări prin colectarea și analizarea datelor, și nu prin speculații făcute din fotoliu sau prin luarea de bune a zvonurilor și poveștilor care circulau.

Adevărul despre Dealul Misterelor rămâne și azi neclar, probabil pentru că multe serii de vizitatori au modificat ruinele de-a lungul secolelor, distrugându-le sau alterând dovezile originii lor. „Piatra sacrificială“ poate fi doar jumătatea de jos a unei prese de făcut cidru din secolul al XIX-lea, cu șanțul în jurul marginii pentru colectarea lichidului rezultat din pulpa merelor, sau o presă de piatră ce servea la extragerea leșiei din cenușă pentru fabricarea săpunului. Eu și tatăl meu nu am găsit dovezi pentru niciuna dintre ipoteze, dar n-o să uit niciodată bucuria și entuziasmul pe care le trăiam când încercam sistematic să găsim adevărul.

Întotdeauna sceptic, tata avea în mod constant îndoieli asupra interpretării pe care o dădea lucrurilor. Cel mai fericit era când investiga lucruri pe care nu le înțelegea sau lucruri care-i contraziceau așteptările. Mi-a insuflat nu doar pasiunea pentru știință, ci și abilitatea de a fi conștient de natura ei provizorie. Știința, prin natura ei, este întotdeauna o lucrare în desfășurare. Nu contează cât de bine întemeiată credem că

ne este viziunea asupra lumii – trebuie să fim gata s-o regândim dacă dovezi noi ne ridică semne de întrebare. Unul dintre rezultatele acestei atitudini de deschidere este acceptarea lucrurilor pe care nu ni le putem explica. Studiarea faptelor care se potrivesc cu ideile noastre preconcepute ne ajută să le înțelegem mai bine punctele subtile. Dar studiarea faptelor care *nu* se potrivesc cu ideile noastre preconcepute duc adesea la descoperiri științifice.

Cu toate că m-a încurajat să investighez aspectele pe care nu mi le puteam explica, tata nu a pomenit niciodată despre minte sau lucruri precum gândurile sau emoțiile, ca să nu mai vorbim de concepte și mai abstracte ca „Dumnezeu“, „spirit“ sau „suflet“. Mă simțeam împlinit cu educația mea științifică și cu planurile de carieră pe acest drum și, urmând modelul tatălui meu, am adoptat dovezile empirice ca standard pentru găsirea adevărului.

Ca student la Universitatea Cornell, m-am specializat în psihologie experimentală, aplicând metode științifice în studiul modului în care peștișorul auriu știa să-și găsească drumul într-un labirint, al felului cum șobolanii învățau să apese pe o bară pentru a obține mâncare în anumite momente, și nu în altele, și al modului cum puii de maimuță Rhesus învățau să găsească hrană sub un anumit tip de obiecte. Dar, oricât de fascinat aș fi fost de inteligența animalelor, dorința de a lucra cu oamenii m-a îndreptat spre facultatea de medicină. Erau multe lucruri care-mi plăceau acolo, de la aducerea pe lume a copiilor până la vizitarea acasă a pacienților în vârstă. Însă, cu cât aflam mai multe despre bolile mintale, cu atât îmi dădeam seama cât de puțin înțelegem creierul uman. Până la urmă, atracția față de întrebările fără răspuns a început să mă tragă spre psihiatrie.

Când eram în anul trei de facultate, m-am dus odată acasă, în vizită la părinți, și tata a fost surprins de știrea că mă gândeam să devin psihiatru. I-am spus că eram fascinat de efectele

pe care le au gândurile și emoțiile din inconștient asupra comportamentului nostru. Așezat în fotoliu și stând picior peste picior, tata a scos încetisor din buzunarul hainei o pipă de știulete de porumb și o punguță cu tutun. A umplut meticolos cupa pipei și a apăsat tutunul înăuntru, apoi a mai adăugat o cantitate mică și l-a apăsat din nou. A aprins un chibrit și l-a mișcat cu atenție într-o parte și în alta deasupra cupei, în timp ce trăgea ușor fumul prin țevă. La sfârșit, s-a uitat la mine și, spre surprinderea mea, m-a întrebat:

– Ce te face să crezi că avem gânduri și emoții inconștiente?

Am fost șocat de întrebarea lui abruptă. Însă tata nu afirma că inconștientul *nu* există. El pur și simplu îmi cerea dovezi, cum ar fi făcut orice om sceptic. Oricum, întrebarea m-a uimit. Influența inconștientului – a lucrurilor pe care le gândim sau le simțim, fără să fim conștienți de ele – era calul de bătaie al psihatriei de cel puțin 100 de ani.

Sigmund Freud a comparat mintea noastră cu un aisberg.<sup>2</sup> Gândurile și emoțiile de care suntem conștienți sunt ca vârful acestuia, vizibil deasupra mării. De pildă, ești conștient că ți-e sete și te hotărăști în mod conștient să bei ceva. Dar aproape toată suprafața aisbergului, nevăzută sub ocean, reprezintă inconștientul, gândurile și emoțiile de care nu suntem conștienți, dar care oricum ne influențează comportamentul. De pildă, cei mai mulți profesori nu le vor da conștient note mai bune celor mai frumoși elevi. Dar există dovezi documentate că, în realitate, fac acest lucru, fără măcar să-și dea seama.<sup>3</sup> Ideea că gândurile și emoțiile noastre inconștiente ne influențează comportamentul a fost unul dintre multele lucruri pe care le-am acceptat din credință – credință în profesorii mei și în manuale –, fără să le pun la îndoială.

Deși am fost surprins că tata pune sub semnul întrebării rolul gândurilor și al emoțiilor inconștiente, mi-am dat seama că avea dreptate. Trebuia să caut dovezi pentru existența inconștientului, înainte de a-l accepta. Dar acest lucru ridică o

întrebare: ce anume constituie o dovadă atunci când este vorba despre lucruri pe care nu le vezi și nu le măsoari, precum gândurile și emoțiile? Cercetătorii au făcut pași imenși pentru a înțelege partea fizică a lumii noastre, însă trăim simultan și experiența lucrurilor imateriale, cum sunt gândurile și emoțiile. Aceste lucruri imateriale fac parte din lumea noastră în aceeași măsură în care fac parte și obiectele fizice, ca scaunele și pietrele. Cercetătorii le pot observa și pot strânge date despre *ele*, la fel de bine cum fac în cazul obiectelor fizice.

De fapt, avem o tradiție lungă în studiul fenomenelor care nu pot fi observate direct, de la emoții la particulele subatomice. Nu putem observa direct emoțiile – precum iubirea, furia sau teama. Dar le putem studia *indirect*, observând felul în care ne influențează cuvintele, comportamentul și reacțiile corpului. De pildă, când suntem furioși – o emoție imaterială –, vorbele ne devin mai zgomotoase și mai abrupte, ne apar riduri pe frunte, ne crește tensiunea și ne vine să trântim lucruri. Din aceste efecte observabile, ceilalți pot conchide că suntem furioși.

La fel, fizicienii nu observă direct particulele subatomice, care sunt prea mici și de prea scurtă durată pentru a fi captate. Însă fizicianul Donald Glaser a luat Premiul Nobel pentru Fizică în 1960 pentru că le-a studiat *indirect*. El a demonstrat că, lansând particule minuscule și cu viață scurtă printr-o cameră cu bule – un vas umplut cu un fluid cum este hidrogenul lichid –, putem studia urmele de bule pe care le lasă particulele în lichid. Din aceste urme, putem afla o mulțime de lucruri despre particule.

Exact această tradiție științifică de urmărire a dovezilor mi-a arătat limitările viziunii despre lume care mi fusese predată până atunci. Existau o grămadă de lucruri care nu puteau fi explicate pe de-a-ntregul în termeni de „particule” și „forțe fizice”, dar ele se întâmplau oricum. Nu părea foarte științific să eviți unele aspecte doar pentru că erau greu de explicat.