



Cuprins

CUVÂNT ÎNAINTE	1
1. ALOHA - ÎNTRE BUNĂ ZIUA ȘI LA REVEDERE	19
2. DE CE EU	29
3. CARE-I DE FAPT PROBLEMA?	39
4. NE ÎNVĂRTIM ÎN CARUSEL?	45
5. PĂSTREAZĂ DOAR CE AI PE TINE	53
6. VREAU PORȚIE DUBLĂ DE FERICIRE	59
7. DRAGOSTEA E CALEA, MEDIUL ȘI CONTEXUL ÎN TOT	65
8. E VREMEA SĂ ADUNI ȘI SĂ TRAGI LINIE	73
9. MOMENTE-CHEIE DIN EXPERIENȚE-LIMITĂ	85
10. GRĂSANA NU CÂNTĂ NICIODATĂ	95
11. FRICA E AMUZANTĂ	103
12. DOARE CÂND FAC ASTA	111
13. EXPLOZIA ȘI STINGEREA GENERAȚIILOR	129
14. PUȚINĂ ÎNTIMITATE SE POATE, VĂ ROG?	143
15. O METODĂ ELIBERATOARE	151
16. AL TREILEA PONT PENTRU FERICIREA ABSOLUTĂ	159
17. CEA MAI DIFICILĂ PARTE: DESPĂRȚIREA	165
18. CÂT DE ÎNTUNECAT ESTE DE FAPT ÎNTUNERICUL TOTAL?	181
19. ULTIMA OARĂ CÂND MI S-A RUPT FILMUL ERAM ÎN ARIZONA	189
20. PUTEM PLECA ACUM?	203
21. CUM SĂ ÎNTĂLNEȘTI PE ORICINE	223
ANEXĂ: CÂTEVA GÂNDURI LA DESPĂRȚIRE	227



Cuvânt înainte

Te-ai trezit vreodată făcând ceva ce nu ți-ai fi imaginat nicicând că ai face? Nici chiar în cele mai năstrușnice vise? Cam așa simt eu acum, scriind despre lucruri de care nimeni nu vrea să pomenească, despre experiențe pe care nu mi-am imaginat că le voi trăi și pe care niciun om întreg la minte nu și le dorește.

Cum am ajuns, totuși, să scriu o carte cu mesaj pozitiv despre ce pare a fi cea mai dificilă și mai copleșitoare experiență a vieții - finalul ei? Cum poți vorbi lejer și chiar cu optimism despre un subiect de rău augur și evitat precum *moartea*, fără competența creată prin experiențe multiple și la primă mână? Răspunsul poate părea mai facil dacă provine de la o persoană care a trecut printr-un episod de acest fel - moarte și revenire la viață - și, deloc întâmplător, eu sunt o astfel de persoană. De *trei* ori, chiar, deși pare incredibil.

Ca mulți alții, aveam dificultăți în a accepta validitatea experiențelor aproape de moarte, până când mi s-a petrecut chiar mie - și nici atunci n-am fost convins pe deplin. Fără un motiv anume, nu reușeam, pur și simplu, să pătrund semnificația acestui moment; așa că am pretins ani de zile că sunt un tip agnostic în privința dilemelor

2 legate de viață și moarte, deși, prin prisma propriilor mele trăiri, ar fi trebuit să am altă părere. Mai ales că viața mi-a demonstrat din plin și extrem de dureros un adevăr profund... și nu doar o dată.

Nici acum nu știu de ce a durat atât să-mi deschid mintea și să accept adevărul pe care-l știam deja, să-l las să prindă aripi și să-mi ghideze mersul în viață. Probabil a fost nevoie de tot acest parcurs pentru a privi în urmă și a înțelege momentele prin care am trecut, pentru a le accepta, pentru a mi le *asuma* și a cuprinde adevărul fiecăruia și apoi pentru a trăi potrivit lecțiilor despre viață - pe baza lecțiilor învățate despre moarte.

Dacă te îndoiești, ca mine odinioară, ia în calcul asta: din cele câteva milioane, de acum, de oameni care au relatat experiențe de *viață după moarte*, câteva mii de cazuri mai recente sunt foarte bine documentate. Există o colecție de studii de caz argumentate științific de experți reputați în domeniu precum Elisabeth Kübler-Ross, Kenneth Ring sau Raymond Moody - și mulți alții, dacă ești interesat. Aceste cazuri au atât de multe elemente în comun, încât este evident că nu poate fi vorba doar de stări similare de pierdere a cunoștinței, ci de experiențe universale profunde de părăsire a corpului fizic, relatate de foarte mulți oameni care formează deja categorii, niveluri și tipuri de trăiri. Nu vorbim de legende urbane doar, ci de relatări de bună credință ale unor fenomene umane - de fapt, un aspect real al vieții prin care descoperim ce

înseamnă tranziția către ceea ce numim moarte.

Oare noi, cei care am supraviețuit acestui moment, suntem o grămadă de aiuriți într-o doagă? În cazul asta, am fi cam mulți (ceea ce n-ar fi exclus). Oare descriem o trecere reală într-o lume extra dimensională, aflată la limita celei cunoscute sau, așa cum sugerează unii, doar un set de reacții biochimice, complexe și foarte intense, pe care le resimte oricine când corpul uman trece în neființă?

Contează prea puțin, de fapt, în astfel de cazuri. Iar tipul asta de observații îmi sunt indiferente. Sunt foarte convins și liniștit cu autenticitatea experiențelor mele biochimice și, la fel ca și ceilalți supraviețuitori, știu *sigur* că dincolo de această viață există o lume diferită, dar la fel de conștientă și de reală ca aceea din care plecăm. O continuare progresivă în care plutim netulburați imediat ce părăsim lumea asta pe care credem că o știm atât de bine.

Deși mulți dintre cei care descriu experiențe de dincolo de moarte - care au murit și au revenit miraculos - folosesc termeni dramatici, experiențele mele nu mi-au părut nici dramatice, nici miraculoase. Ceea ce e caraghios, nu? Trebuie să fi existat un dram de miracol ca să se întâmple așa ceva. Consider, totuși, că fac parte din acest club aparte, poate ca membru ceva mai special, deoarece am trăit de trei ori această experiență, fiecare în mod diferit. Una din ele constă într-un set de imagini

4 perindate într-o clipă; alt moment, ceva mai grav, a fost un fel de luptă care a durat câteva ore; iar alta, prima și cea mai profundă dintre ele, a durat o zi întregă și m-a trimis într-o cu totul altă dimensiune a ființei.

Sper să nu mai am parte mult și bine de acum înainte de astfel de momente traumatizante - cel puțin, nu înainte de a fi cu adevărat pregătit. Cele trei îmi sunt suficiente deocamdată. Și nu spun asta pentru că am suferit consecințe dramatice; din contră, doar sunt încă aici și în stare să vorbesc despre ele. Însă circumstanțele care le-au determinat n-au fost chiar o plăcere - până la urmă, e greu de imaginat că ar exista ceva plăcut care să producă o experiență aproape de moarte. În plus, interesul meu trece dincolo de senzația de moarte în sine; prefer modul complex în care am ajuns să înțeleg viața, ca rezultat tocmai al acestor experiențe extreme.

În mod clar, perspectiva asupra vieții se schimbă fundamental pentru oricine trăiește pierderea unui suflet drag - cu atât mai mult *propria moarte*.

Voi descrie în carte experiențele mele cât mai exact cu putință, fără a-i permite imaginației să intervină cu detalii inventate. Nu vei găsi aici descrieri fantastice ale vieții de apoi. Deși respect și prețuiesc mărturiile detaliate ale altor supraviețuitori, ceea ce am trăit eu în pragul morții este un sentiment de pură plenitudine, iar orice descriere a vieții de dincolo de moarte, din puținul trăit de mine, poate fi până la urmă o simplă iluzie a

5 minții. Unele relatări pot fi de-a dreptul extaziate, altele ceva mai reținute; însă tocmai faptul că sunt diferite îmi dă convingerea că provin din experiențe individuale. În ciuda faptului că multe dintre ele sunt fascinante, pot fi, totuși, doar simple proiecții ale minții noastre, obstacole imaginare ridicate de natura umană între noi înșine și o realitate superioară.

Intenția mea este de a împărtăși beneficiile primite într-un mod foarte simplu și direct și de a evita astfel orice efort de a descrie o realitate indescriptibilă cu ajutorul limbajului și al mitologiei realității noastre umane. Crede-mă, e deja suficientă magie la mijloc.

Înainte și între cele trei experiențe, am avut parte de o viață interesantă. O copilărie destul de dificilă, marcată de moartea bunicilor înainte de a împlini doisprezece ani și de dispariția tuturor unchilor și a mătușilor înainte de douăzeci. Mare parte dintre ei (mai ales Ruth, mătușa favorită) erau oameni simpatici, plini de viață - ce mi-au devenit cu timpul mentori și protectori și care m-au învățat că puțin umor mă poate ajuta să depășesc momentele dificile de care am avut parte în copilărie. Doar că, dintr-odată, au dispărut toți. Simțeam că îmi fuge pământul de sub picioare.

În liceu, îmi doream să devin doctor, numai că prima zi de voluntariat într-un spital m-a lovit atât de crunt de realitatea mortalității, încât m-a pus serios pe gânduri. Mai mult, două femei cu care aveam relații de prietenie

6 au murit tragic la o vârstă foarte fragedă. Fiind tânăr, fără experiență și teribil de marcat de disparițiile din viața mea, aveam mintea plină de întrebări despre viață și moarte și sufletul plin de răspunsuri cinice.

Am fost un hoinar. Mă mutam de colo-colo, neliniștit și nemulțumit, căutând ceva fără a ști ce. Încercând să depășesc starea de tulburare, m-am însurat de foarte tânăr cu un suflet la fel de tânăr și de tulburat ca mine. Normal, n-a durat mult.

După șapte ani de căsnicie, soția mea și cum mine ne-am detașat de rutina vieții noastre și am început să hoinărim împreună, călătorind prin lume un an de zile.

La întoarcerea în America pentru a relua mersul *normal* al vieții, am ajuns cu surprindere lângă patul de moarte al iubitei mele mătuși Ruth, la timp pentru a asista la moartea ei inutilă și inacceptabilă, cauzată de malpraxis.

Ceva s-a petrecut cu mine atunci. Din acel moment, n-am mai fost în stare să urmez un drum sănătos în viață, în ciuda aparențelor pe care le cream. Îmi pierdusem reperele. Căsnicia a luat sfârșit și am fost „azvârlit” într-un mod de viață periculos și distructiv, din care nu lipsea „succesul”, dar care nu-mi oferea niciun fel de satisfacție și împlinire - doar reacții mânate de instincte bolnave.

Am trecut prin ani întregi de confuzie - în care am supraviețuit adesea, fără să-mi dau seama (din mila Providenței) - până să ating un moment de renaștere

7 personală și de transformare, când am înțeles, în sfârșit, ceea ce Viața îmi arătase dintotdeauna - cum să trăiesc cu adevărat.

Am făcut multe alegeri dificile în viață, pe multe le-aș lua înapoi, căutând fără să știu anume ce. Recunosc cu tristețe că n-am dus o viață conștientă, mai degrabă m-am confruntat cu o succesiune de consecințe și de răni „nedrepte”, inclusiv aceste stări de aproape sfârșit, pe care vreau să le împărtășesc aici.

Ultimele două experiențe aproape de moarte nu au fost la fel de lucide și de marcante ca prima. Așa că voi începe cu aceasta. Până la urmă, este momentul care a schimbat profund, chiar inconștient câteodată, o mare parte a vieții mele și care m-a determinat să pun laolaltă toate ideile într-o carte. Lecțiile pe care le ofer provin din cele trei experiențe descrise, iar asta e prima dintre ele.

Aveam vreo douăzeci și ceva de ani, deci cu mult timp în urmă. Tânăr fiind, munceam din greu - poate chiar și 100 de ore săptămânal la două slujbe. Simțeam nevoia să am mintea ocupată, altfel mă copleșeau emoțiile și grijile. În permanență voiam să ajung undeva, să prind ceva, fiindcă ceea ce aveam sau unde eram nu era destul.

Trăiam la intensitate maximă și n-a durat mult până să mă „prăjesc” - o afecțiune banală în lumea nebună în care trăim.

Într-o după-amiază, mi-am condus soția la aeroport, pleca să-și viziteze mătușa. Pe drumul spre casă, la finalul

8 unei zile epuizante, am trecut pe lângă un bar exotic, unde serveau cocteiluri. Mai trecusem pe acolo, era genul de bar tropical specific anilor '60, cu fațadă din lemn de bambus lăcuit și torțe - un decor irezistibil pentru mine. Mereu mi-a plăcut genul ăsta de local, așa că m-am oprit pentru un cocktail, în ideea că n-ar strica deloc o recompensă pentru toată munca și grijile mele recente. Doar că cele două pahare înalte de alcool, combinate cu starea mea de epuizare, au provocat o tragedie. Sau aproape tragedie.

Conduceam spre casă și deja se întunecase; am luat-o pe o stradă străină, în ideea că ajung mai repede. Mergeam cu 50 - 60 de kilometri la oră, când s-a întâmplat ceva ce rar mai vezi acum: casetofonul din mașină „a înghițit” caseta pe care-o ascultam, cu sunetul acela înfundat de care ne temem cu toții.

Sunt convins că genul ăsta de defecțiuni tehnice sunt cauza multor accidente rutiere, ceea ce mi s-a întâmplat și mie în acea seară. Ultimul lucru „concret” de care-mi aduc aminte este că trăgeam caseta din casetofon - un șir lung de plastic încurcat în mecanismul aparatului - după care *s-a rupt filmul*.

M-am trezit deasupra unei cabine telefonice, privind strada de sub mine. În apropiere se afla un felinar care ilumina întreaga scenă, cu o mulțime de găze învârtindu-se frenetic în jurul lui. Jos se afla mașina pe care o conduceam, turtită zdravăn în urma ciocnirii de

9 cabina de telefon, cu botul înfundat, cu capota șifonată și ridicată și cu o dâră de abur lunecând în lumină. Se auzeau trozneli și un șuierat continuu, apoi voci și câteva lumini s-au aprins în vecinătate. Din case au ieșit câțiva oameni, curioși de ce se întâmplase. Îi auzeam urlând panicați, strigând spre case după ajutor: „Chemați o ambulanță! Arată rău de tot!”, a strigat cineva.

Am încercat să le atrag atenția, să le spun că sunt în regulă și că nu am nevoie de ajutor, dar de unde stăteam (sau unde pluteam, mai bine zis) părea că în stradă există cu adevărat o urgență. În plus, nimeni nu mă vedea și nu mă auzea.

Parbrizul se crăpase în forma tipică de pânză de păianjen, iar pe geamul deschis al portierei atârna brațul cuiva, în vreme ce mâna cealaltă era încolăcită în jurul volanului stâlcit. Nu puteam vedea chipul victimei din mașină, dar știam foarte bine cine se află jos acolo, nemișcat. Din radiatorul spart se scurgea un fir de apă fierbinte, care se amesteca cu un alt fluid împrăștiat pe asfalt. Bănuiam a fi sânge - și am realizat imediat că era sângele *meu*.

În tot acest timp, însă, m-am simțit bine - de fapt, chiar *foarte bine*, plutind pur și simplu deasupra isteriei de jos. Nu mă durea nimic, aveam doar o plăcută stare de confort și de ușurare - fără a fi deloc conștient de trecerea timpului sau de forța gravitației. La un moment dat, a sosit ambulanța. Oamenii le-au descris polițiștilor

10 ce au văzut și auzit. Încercam să aud ceea ce spuneau, dar nu reușeam deloc să-i urmăresc. Și a venit vremea să plec.

Nu eram singur.

Eram perfect conștient de faptul că alături de mine se afla o prezență binevoitoare, oarecum în afara câmpului vizual, undeva în spate, la stânga și deasupra mea. Prezența asta mă îndemna parcă să mă îndepărtz de ce se întâmpla sub noi și mă ghida ușor spre ce mi se părea a fi o grămadă pufoasă și cețoasă de ghemuri cenușii de lână. Toată agitația de sub mine se diminuea simțitor, ca un film care dispare treptat de pe ecran. Mă simțeam ușor - aponderal, cald și foarte confortabil, complet liber și împăcat, un sentiment pe care nu-l mai cunoscusem înainte și doar de câteva ori ulterior acestui moment.

Îmi amintesc că am ajuns într-un loc încântător - oarecum pastoral și nedeslușit, dar foarte plăcut. Purтам o conversație la fel de plăcută, deși destul de serioasă. Nu-mi amintesc exact subiectul și nici să fi vorbit cu voce tare, știu doar că era o discuție intensă, pe care urma să o uit la un moment dat - o conversație în care am tocat o mulțime de subiecte esențiale. A durat o vreme, într-un mod degajat, confortabil și politicos, ca un fel de interviu. Și apoi s-a terminat.

E tot ce-mi amintesc din acel episod, care a durat cam optsprezece ore în timp real. Mi-am căpătat cunoștința pentru câteva clipe, în timp ce eram mutat de la un spital

11 la altul, unde opera chirurgul plastician. Am reintrat în comă rapid, însă, pentru o perioadă ce nu m-aș fi așteptat să fie atât de lungă.

Din păcate, simpatica mașină a fost irecuperabilă. Îndoisesem volanul cu fața și am spart parbrizul cu capul în timpul accidentului, în ciuda faptului că purtam centura de siguranță... evident, urmele erau adânci și pe chipul meu. M-am trezit în cele din urmă, la finalul celei de-a doua zile, singur într-o cameră tăcută de spital. Suferisem o lovitură zdravănă, dar șansele de recuperare erau bune în ciuda gravității rănilor. Știam, însă, că se întâmplase și altceva cu mine, deși nu eram în stare să-mi dau seama atunci. Tot ce-mi doream era să dau timpul înapoi, să evit noul meu chip stâlcit în accident și remușcările amare față de soția mea, căreia îi distrusesem mașina.

Două zile mai târziu, m-am întors la locul accidentului, cu capul încă plin de bandaje, pentru a înțelege ce văzusem atunci - din locul meu situat la înălțime, deasupra felinarului. Am cutreierat toată zona din spatele gardurilor verzi și în lateralele caselor și din toate unghiurile din care ar fi fost vizibil accidentul. Nu-mi aminteam nimic privit de la nivelul străzii, în schimb toate imaginile privite de undeva de la înălțime se potriveau perfect cu ceea ce văzusem de deasupra cabinei telefonice - forma felinarului, uși laterale și tomberoane, gardurile curților și restul. Se potriveau perfect cu amintirea mea.

Bineînțeles, prima lecție asumată a fost: „Nu te sui