

**Robert A. Monroe**

# CĂLĂTORII ÎN AFARA CORPULUI

**Ediție revizuită**

Traducere din limba engleză de  
Petru Visarion Stetiu  
și Irina Cupe Ilea

**Editura For You  
București**

<i>Cuvânt înainte .....</i>	5
<i>Introducere de Charles T. Tart Davis.....</i>	11
Capitolul 1. Nici cu bagheta magică, nici cu ușurință .....	27
Capitolul 2. Căutări și cercetări .....	42
Capitolul 3. Despre dovezi .....	57
Capitolul 4. Aici-acum .....	73
Capitolul 5. Infinitate, eternitate .....	89
Capitolul 6. Imagine inversată .....	105
Capitolul 7. Post mortem.....	122
Capitolul 8. „Pentru că Biblia îmi spune aşa“ .....	139
Capitolul 9. Îngeri și arhetipuri .....	151
Capitolul 10. Animale inteligente .....	161
Capitolul 11. Dar sau povară? .....	171
Capitolul 12. Nepotriviri .....	183
Capitolul 13. Corpul Doi .....	195
Capitolul 14. Minte și superconștient.....	210
Capitolul 15. Sexualitatea în Starea a Doua .....	223
Capitolul 16. Exerciții preliminare .....	237
Capitolul 17. Procesul de separare .....	252
Capitolul 18. Analiza evenimentelor .....	265
Capitolul 19. Clasificare statistică.....	281
Capitolul 20. Neconcludent.....	295
Capitolul 21. Premisă: o expunere rațională de motive și principii? .....	307
<i>Epilog: Profilul personalității lui Robert A. Monroe</i>	321
<i>Postfață de dr. Radu Ilea .....</i>	331

## Capitolul 1

### Nici cu bagheta magică, nici cu ușurință

Cele ce urmează ar trebui să apară într-o prefață sau un cuvânt înainte. Ele sunt aici încrucișat presupunem că cei mai mulți cititori sărăcă peste asemenea prezentări preliminare pentru a ajunge la miezul problemei. În cazul de față, cele ce urmează constituie problema crucială a întregii cărți.

Scopurile principale pentru a dezvăluia și publica materialul conținut aici sunt ca, prin răspândirea sa cât mai mult cu putință, alți oameni – sau poate numai unul – să fie salvați din suferința și chinul încercărilor repetate într-un domeniu în care nu există răspunsuri concrete. Aceștia sărăcă simți alinați dacă ar afla că și alții au trecut prin experiențe similare. Vor recunoaște în ei însiși fenomenul și vor evita în acest fel trauma psihoterapiei sau, în cazul cel mai grav, o cădere nervoasă ori spitalizarea într-un sanatoriu de boli mintale. Poate mâine sau în anii ce vor veni științele noastre oficial acceptate își vor extinde orizonturile, conceptele, postulatele și cercetările pentru a deschide larg porțile și

cările sugerate aici, pentru a îmbogăți masiv cunoștințele omului, astfel încât să se poată înțelege pe sine însuși și întregul său mediu înconjurător. Dacă unul sau ambele scopuri vor fi atinse – oricând și oriunde s-ar întâmpla acest lucru –, autorul se va simți, într-adevăr, recompensat.

Prezentarea unui asemenea material nu este concepută pentru un anumit grup științific. Mai degrabă, principala încercare este de a fi cât se poate de exactă, într-un limbaj ce poate fi înțeles atât de către oameni de știință, cât și de oameni obișnuiți, cu evitarea unor generalități ambigue. Fizicianul, chimistul, socio-biologul, psihiatrul și filosoful pot folosi o terminologie mai specializată sau mai tehnică pentru a expune aceleași premise. E de așteptat să apară asemenea interpretări. Ele vor indica faptul că modul acesta de comunicare este funcțional, că un limbaj simplu este în măsură să comunice adevărul înțeles al lucrurilor unei mase largi de cititori mai degrabă decât unui grup restrâns de specialiști de marcă.

Este, de asemenea, de așteptat ca multe dintre interpretări să fie contradictorii. Cel mai dificil proces mental este să consideri cu obiectivitate că orice concept acceptat ca adevăr te va conduce la abandonarea unor deprinderi și experiențe de o viață. Totuși, până acum, multe lucruri au fost acceptate pe baza unor dovezi directe mult mai puțin concluziente decât cele prezentate aici, iar acum sunt „asumate” pe deplin. Ne exprimăm speranța că aceeași abordare îi va fi aplicată și materialului inclus aici. Această abordare obiectivă este, într-adevăr, cel mai dificil proces mental. Este destul să-l înfrunți o dată în viață. Să privim pentru început la acest raport onest al unei experiențe pur personale.

În primăvara anului 1958 trăiam o viață absolut normală, împreună cu o familie absolut normală. Ne plăcea natura și liniștea, iar mediul în care trăiam era unul de la

țară. Singura activitate mai deosebită era experimentarea unor tehnici de învățare în timpul somnului, eu însuși fiind subiectul principal. Primul semn de deviere de la normal a avut loc într-o duminică după-amiază. În timp ce familia era plecată la biserică, eu făceam un experiment și ascultam, într-un mediu foarte izolat, înregistrarea de pe o bandă magnetică. A fost o simplă încercare de a forța concentrarea asupra unui singur semnal sursă-inteligentă (auditivă), cu perceptiile celorlalte simțuri reduse în intensitate. Gradul în care memoram și îmi reaminteam ar fi indicat succesul tehnicii aplicate.

M-am izolat de alți stimuli vizuali sau auditivi și am ascultat banda. Aceasta nu conținea sugestii neobișnuite sau disturbatoare. Dacă privim retrospectiv, cea mai importantă sugestie era să rememorezi și să-ți reamintești tot ceea ce se întâmpla în timpul exercițiului de relaxare. Banda se derula fără incidente neobișnuite. Îmi aminteam totul și complet, fiindcă ea era produsul propriilor eforturi și, prin urmare, o știam bine. Poate chiar prea bine, fiindcă în cazul meu nu a fost posibil să-mi reamintesc și să rețin materialul nou sau originar. Tehnica ar fi trebuit utilizată cu un alt subiect. Când familia mea s-a reîntors, am luat un prânz ușor, care a constat din omletă, șuncă și cafea. La masă a avut loc o discuție în contradictoriu lipsită de importanță, care nu avea legătură cu experimentul.

După ceva mai mult de o oră, m-a apucat o crampă puternică, de parcă un cerc de oțel mi se întindea de-a lungul diafragmei, în zona plexului solar, chiar sub coșul pieptului. Era o bandă de durere ascuțită care nu ceda.

La început m-am gândit că era o formă de intoxicare de la masa de prânz. În disperare de cauză, m-am forțat să vărs, dar stomacul îmi era gol. Ceilalți membri ai familiei, care mâncaseră aceleași alimente în timpul prânzului, nu

dădeau semne de boală sau disconfort. Am făcut exerciții fizice și m-am plimbat, deoarece am presupus că era vorba de o contracție a mușchilor abdominali. Nu era vorba de apendicită fiindcă apendicele meu era extirpat. Puteam să respire normal, cu toate că aveam dureri, iar inima funcționa normal dacă mă luam după puls. Nu am transpirat și nu am avut alte simptome în afara unui fascicul de mușchi din partea superioară a abdomenului care era extrem de rigid.

Mi-a trecut prin minte că poate ceva din înregistrare a fost cauza acestui fenomen. Am reluat banda și transcrierea textului după care a fost realizată, dar nu am găsit nimic neobișnuit. Indiferent de ceea ce mi se sugera, m-am conformat și am încercat să găsesc și să înlătur orice sugestie inconștientă care mi-ar fi putut cauza acea stare, dar fără niciun rezultat.

Poate ar fi trebuit să-i telefonez imediat unui medic. Totuși, situația nu părea foarte gravă și nici nu s-a înrăutățit. Dar nici nu se îmbunătățea. În cele din urmă, am cerut ajutor medical. Toți medicii erau plecați sau jucau golf. Crampa și durerea au continuat de la ora 13.30 până aproape de miezul nopții. Niciun medicament obișnuit de acasă nu părea să o atenuzeze. La un moment dat, după miezul nopții, am adormit din cauza epuizării totale. M-am sculat dimineața devreme, iar crampa și durerea acută dispăruseră. Persista o oarecare durere în mușchii din întreaga zonă afectată, ceva asemănător cu senzația pe care o ai după ce tușești foarte tare, dar atât.

Ce a provocat durerea în acea zonă nu se știe nici acum. Ea este menționată aici doar fiindcă a fost primul eveniment neobișnuit – fizic sau de altă natură – care a avut loc. Dacă analizăm retrospectiv, poate că a fost rezultatul atingerii cu o baghetă magică sau cu un baros, deși atunci nu știam aceasta.

După aproximativ trei săptămâni, a intervenit un alt doilea eveniment major. Nu am mai făcut alte experiențe cu benzi înregistrate fiindcă suspectam că aveau o oarecare legătură cu crampa. În concluzie, nu exista ceva concret care să fi declanșat acest nou eveniment.

Din nou, era duminică după-amiază și familia era plecată la biserică. M-am culcat pe canapeaua din camera de zi pentru un somn ușor, în timp ce întreaga casă era liniștită. Mă întinsesem pe burtă (cu capul pe direcția nord-sud, dacă acest amănunt are vreo importanță) când un fascicul sau o rază părea să iasă din cer, dinspre nord, sub un unghi de aproximativ 30 de grade față de linia orizontului. Era ca și cum mă atingea o lumină caldă. Numai că era ziua și nu era vizibil niciun fascicul de lumină, dacă a fost cu adevărat așa ceva. M-am gândit la început că era lumina soarelui, deși era imposibil să vină din partea nordică a casei. Când fascicul mi-a atins întregul corp, efectul său a fost inducerea unui tremur sau a unei „vibrări“. Am fost complet incapabil să mă mișc. Parcă eram prins într-o menghină.

Șocat și speriat, m-am forțat să mă mișc. Era ca și cum m-aș fi luptat cu niște legături invizibile. Pe măsură ce mă ridicam încet în sezut, scuturăturile și vibrăriile s-au atenuat treptat și am fost capabil să mă mișc liber. M-am sculat și m-am plimbat prin cameră. Nu avusesem o pierdere de cunoștință de care să-mi fi dat seama, iar ceasul arăta că s-au scurs doar câteva secunde de când mă întinsesem pe canapea. Nu închisesem ochii și, în decursul întregului episod, am văzut camera și am auzit zgomotele de afară. M-am uitat pe geam, în special spre nord, deși nu știau de ce și ce anume mă așteptam să văd. Totul părea normal și liniștit. Am ieșit afară la o plimbare pentru a încerca să înțeleg ce lucru straniu se întâmplase.

În cursul următoarelor şase săptămâni, acelaşi fenomen ciudat mi s-a mai întâmplat de nouă ori. A avut loc în diferite momente și în diferite locuri, iar unicul factor comun a fost că începea imediat după ce mă culcam și încercam să mă odihnesc sau să dorm. În orice moment a avut loc, m-am luptat cu mine însuși să mă ridic în sezut, iar „tremurul” se atenua treptat, până dispărdea. Deși corpul meu „simțea” tremurul, nu aveam nicio dovadă vizibilă că tremera. Cunoștințele mele de medicină, deși limitate, îmi sugerau multe cauze posibile. M-am gândit la epilepsie, dar am înțeles că epilepticii nu își amintesc detaliilor sau senzațiilor în cazul unor asemenea crize. Mai mult, am înțeles că epilepsia este ereditară și se manifestă la vârste fragede, deci niciuna dintre aceste situații nu putea fi adevărată în cazul meu.

A doua posibilitate era cea a unei afecțiuni a creierului, cum ar fi apariția sau dezvoltarea unei tumorii. Din nou, simptomele erau atipice, dar aceasta putea fi o cauză. Cu fiori de tremur în corp, m-am dus la vechiul nostru medic de familie, doctorul Richard Gordon, și i-am explicat simptomele. Ca internist și diagnostician, el ar fi trebuit să fie în stare să răspundă la întrebările și îmi cunoștea și antecedentele medicale.

După un examen medical complet, dr. Gordon mi-a sugerat că am muncit prea mult, că ar trebui să dorm mai mult și să scad puțin în greutate. Pe scurt, el nu a putut să găsească nimic anormal din punct de vedere fizic. A râs de posibilitatea unei tumorii pe creier sau a epilepsiei. L-am crezut pe cuvânt și m-am întors acasă ușurat.

Dacă nu era vorba de o cauză fizică, m-am gândit că trebuie să fie vorba despre un fenomen halucinatoriu, o formă de vis. Prin urmare, dacă acele simptome se vor manifesta din nou, va trebui să le observ cât mai obiectiv

cu putință. Ceea ce am și fost obligat să fac, deoarece ele au „apărut” chiar în acea seară.

A început la aproximativ două minute după ce m-am dus la culcare. De data aceasta, în loc să mă lupt pentru a ieși din starea respectivă, am hotărât să rămân în ea și să văd ce se întâmplă. Cum eram întins acolo, „senzația” mi-a apărut în cap și s-a răspândit în tot corpul. Nu era o scutură, ci mai degrabă o „vibratie” staționară și de frecvență invariabilă. Am simțit ceva foarte asemănător cu un soc electric care-mi parurgea întregul corp, dar fără durerea aferentă. De asemenea, frecvența pulsajilor părea cumva mai mică decât șaizeci de cicli pe secundă\* – poate jumătate din această frecvență. Speriat, am rămas în acea stare și am încercat să-mi păstreze calmul. Încă puteam să văd camera din jurul meu și să aud slab sunete peste văjăitul cauzat de vibrații. Mă întrebam ce o să urmeze. Nu s-a întâmplat nimic. Cam după cinci minute senzația a dispărut treptat, iar eu m-am ridicat și m-am simțit perfect normal. Pulsul îmi era ridicat – evident, datorită emoției –, dar nimic mai mult. Văzând că sunt bine, frica mea față de acest fenomen s-a diminuat în mare parte.

În următoarele patru sau cinci apariții ale vibrațiilor am descoperit ceva mai mult. În orice caz, într-o parte din ocazii, vibrațiile păreau că se transformă într-un inel de scânteie de aproximativ șaizeci de centimetri în diametru ce își avea centrul pe axa corpului meu. Chiar puteam să „văd” acest inel dacă îmi închideam ochii. Inelul începea la cap și îmi străbătea încet corpul spre călcâie și înapoi la cap, continuându-se astfel într-o oscilație regulată.

\* Frecvența tensiunii alternative în rețeaua de alimentare cu energie electrică în SUA. (n. tr.)

Durata ciclului părea să fie de aproximativ cinci secunde. Pe măsură ce inelul trecea peste fiecare secțiune a corpului meu, am putut simți vibrațiile ca o bandă care îmi pătrundea acea secțiune. Când inelul a trecut peste cap, s-a declanșat odată cu el un mare uruit și am simțit vibrațiile în creier. Am încercat să studiez acest inel de foc, aparent electric, dar nu i-am putut determina cauza sau ce ar fi putut fi.

Nu le-am spus nimic din toate astea soției și copiilor. Nu consideram că era necesar să-i îngrijorez sau să-i ne-liniștesc până nu se cunoștea ceva precis despre ele. I-am povestit totul unui prieten de încredere, binecunoscutul dr. Foster Bradshaw psiholog. Dacă nu i-aș fi spus lui, nu pot prezice unde aş fi fost acum. Probabil că într-un spital de boli mintale.

Am discutat problema, iar el a fost foarte interesat. A sugerat că ar putea fi o formă de halucinație. Ca și dr. Gordon, el mă cunoștea bine. Drept pentru care a râs de ideea că aş fi în stadiile incipiente ale schizofreniei sau ale unei boli similare.

L-am întrebat ce credea că ar trebui să fac. Îmi voi aminti întotdeauna răspunsul său:

– Ei bine, nu ai nimic altceva de făcut decât să examinezi fenomenul și să înțelegi ce este? mi-a răspuns dr. Bradshaw. Oricum, se pare că nu prea ai multe de ales. Dacă mi s-ar întâmpla mie, aş pleca undeva într-o pădure și aş continua să încerc până aş afla răspunsul.

Diferența era că mi se întâmpla mie, nu doctorului Bradshaw, și nu-mi puteam permite să merg în pădure – nici la propriu, nici la figurat. Între altele, aveam o familie de întreținut.

Au trecut câteva luni și stările de vibrație continuau să se manifeste. Au devenit aproape plăcute, până într-o noapte târziu, când stăteam întins în pat, chiar înainte

de a adormi. Vibrațiile au apărut, iar eu, obosit și răbdător, am așteptat să dispară ca să pot adormi. Cum eram întins acolo, mâna îmi atârna peste partea dreaptă a patului, iar degetele atingeau carpeta de lângă pat. Ciudat, am încercat să-mi mișc degetele și am descoperit că pot să zgâriu carpetă. Fără să mă gândesc sau să înțeleg că îmi puteam mișca degetele în timpul vibrației, am împins vârfurile degetelor în carpetă. După un moment de rezistență, degetele mele păreau să pătrundă prin ea și să atingă podeaua de dedesubt. Cu o curiozitate moderată mi-am împins mâna mai departe în jos. Degetele mele au trecut prin podea și acolo era parte superioară rugoasă a tavanului camerei de dedesubt. Am pipăit în jur și am descoperit o mică bucată triunghiulară de lemn, un cui îndoit și ceva rumeguș. Nu prea interesat de senzația acestui vis în stare de veghe, mi-am împins mâna și mai adânc. Am trecut prin tavanul parterului și am simțit că și cum întreaga mâna străpunsese podeaua. Palma a atins o apă. Fără nicio emoție, am împroșcat apa cu degetele.

Deodată, am devenit total conștient de situație. Eram complet treaz. Puteam să văd prin fereastră peisajul în lumina lunii. Puteam să simt că sunt culcat în pat, cu pledurile pe corp, cu perna sub cap, cu pieptul care mi se ridică și cobora în ritmul respirației. Vibrațiile erau încă prezente, dar într-o măsură mai mică.

Totuși, deși imposibil, mâna mea se juca într-un vas cu apă, iar brațul mi-l simteam ca și cum ar fi fost prins în podea. Eram, în mod sigur, complet treaz – și totuși, senzația era încă prezentă. Cum puteam fi treaz în toate celelalte privințe și „să visez“ că mâna mea a pătruns prin podea?

Vibrațiile au început să se atenueze și, pentru un oarecare motiv, m-am gândit că ar exista o legătură între trecerea mâinii mele prin podea și prezența lor. Dacă aceste vibrații ar fi dispărut înainte ca eu să-mi „scot“ mâna, podeaua s-ar

fi putut închide, iar eu mi-aș fi pierdut brațul. Poate că vibrațiile au creat temporar o gaură în podea. Nu încetam să mă gândesc la „cum“ se întâmplau aceste lucruri.

Mi-am smuls mâna din podea, am împins-o pe pat, iar vibrațiile au încetat la scurt timp după aceea. M-am ridicat, am aprins lumina și m-am uitat la locul de lângă pat. Nu era vreo gaură în podea sau în carpetă. Erau exact cum fuseseră întotdeauna. M-am uitat la mâna, la braț și chiar am căutat urme de apă pe palmă. Nu era niciuna, iar brațul părea perfect normal. M-am uitat în cameră. Soția mea dormea liniștită în pat, nimic nu părea neobișnuit. Înainte de a fi în stare să mă calmez suficient pentru a adormi, am reflectat foarte mult la halucinație. În ziua următoare m-am gândit să fac o gaură în podeaua camerei pentru a vedea dacă ceea ce am pipăit era acolo, în straturile de dedesubt; bucata triunghiulară de lemn, cuiul îndoit și rumegușul. Pe atunci nu puteam accepta să distrug podeaua din cauza unei halucinații cumplite.

I-am relatat dr. Bradshaw acest episod, iar el a fost de acord că era mai degrabă un vis în stare de veghe. Mi-a sugerat să tai o gaură în podeaua camerei pentru a vedea ce se află acolo. M-a prezentat doctorului Lewis Wolberg, un psihiatru de marcă. La un dîneu i-am menționat doctorului Wolberg, ca din întâmplare, fenomenul vibrațiilor. Evident că nu era dispus să discute despre „afaceri“, aşa că s-a arătat interesat doar din politețe, lucru pentru care nu pot să-l condamn. Nu aveam curajul să-l întreb despre brațul care trecuse prin podea.

Am devenit destul de derutat. Mediul în care trăiam și experiența mea personală mă faceau să aștept un anumit gen de răspunsuri – sau, cel puțin, niște opinii promițătoare din partea tehnologiei moderne. Aveam o pregătire deasupra mediei în domeniile științific, ingineresc și medical, dar

nu ca specialist în medicină. Acum mă confruntam cu ceva pentru care niște răspunsuri sau măcar extrapolări nu puteau veni rapid. Privind în urmă, nu cred că aş fi renunțat complet la elucidarea acestei probleme. Probabil că nu aş fi putut să fac aşa ceva chiar dacă aş fi încercat. Dacă atunci credeam că mă confrunt cu ceva absurd, asta se întâmpla fiindcă nu am știut ce avea să mai urmeze. După aproape patru săptămâni, când „vibrațiile“ au reapărut, am fost foarte atent la încercarea de a mișca un braț sau un picior. Era târziu în noapte și eram întins pe pat înainte de a adormi. Soția mea adormise alături de mine.

Mi se părea că în capul meu are loc o descărcare electrică ce s-a răspândit rapid în tot corpul. Totul părea la fel. În timp ce eram culcat și încercam să decid în ce alt mod să analizez acea stare, s-a întâmplat să mă gândesc ce plăcut ar fi dacă aş lua un planor și aş zbura cu el în după-amiază următoare (hobby-ul meu din acea vreme). Fără să mă gândesc la vreo urmare – pentru că nu știam că ar exista vreuna –, m-am gândit la plăcerea pe care mi-ar fi oferit-o. După o vreme am devenit conștient că ceva îmi presează umărul. Pe jumătate curios, am pipăit înainte și înapoi pentru a afla ce putea fi. Mâna mea a întâlnit un perete neted. Mi-am mișcat mâna în lungul peretelui, pe toată lungimea brațului, iar el continua să fie neted și neîntrerupt.

Cu simțurile în alertă totală, am încercat să văd în lumenă palidă. Era un perete, iar eu mă rezemam cu umărul de el. M-am gândit imediat că am adormit și am căzut din pat. (Nu am pățit niciodată aşa ceva, dar cum se întâmplau tot felul de lucruri stranii, și căderea din pat era foarte posibilă.)

Apoi m-am uitat din nou. Ceva nu era în regulă. Aceste perete nu avea ferestre, nu era mobilă de-a lungul său, nu erau uși. Nu era un perete din dormitorul meu. Totuși, cumva îmi era familiar. Identificarea a venit instantaneu.