

Pred smrtjo, o njej in potem

Čudoviti svet človeške kognicije 5. del

Težko je racionalno govoriti o doživljanju procesa umiranja ali celo o smrti sami. Še težje, če ne že nemogoče, pa o tem, kar nas čaka potem. Z oživljanjem zelo stare tematike, ki muči človeško raso vse od kar je ta sposobna o temu razmišljati, verjetno ne bomo odkrili nič pretresljivo novega, kar že ni bilo kje zapisano. Morda pa je to vseeno priložnost, da različne vidike o našem neizbežnem telesnem koncu lepo popredalčkamo in obenem razkrijemo še kakšno manj znano skrivnost naših zadnjih izdihljajev.

Ljudje smo kot telesa spočeti in se kakšnih devet mesecev kasneje rodimo v slabo stoletje dolgo življenje, ki se neizbežno zaključi s smrtjo. Kljub temu, da pravzaprav umiramo že od prvega vdihaja nadalje, govorimo o procesu umiranja šele takrat, ko ta postane res očitna.

Proces umiranja

Umiranje je dokaj dobro raziskano iz t.i. zunanjega, objektivnega zornega kota. Merimo lahko najrazličnejše vrednosti, ki nas informirajo o stopnji vitalnosti našega telesa. Vemo, kaj se dogaja z našimi možgani, pljuči, srcem... V samem procesu umiranja je definirana tudi kritična točka, ki oznanja definitivno oz. klinično telesno smrt.

Povsem druga zgodba pa je povezana s subjektivnim doživljanjem umirajočega. Kaj zaznava umirajoči? Ali proces umiranja vsi doživljamo na podoben način? To sta dve ključni vprašanji, na kateri zna odgovoriti malo ljudi.

Ljudje umiramo na zelo različne načine. Nekateri hudo zbolijo, drugi doživijo usodno telesno poškodbo, spet tretji podležejo neizbežnim telesnim posledicam ekstremne starosti. Redki posamezniki naj bi menda bili celo sposobni zavestnega odhoda tja onkraj.

Kakorkoli že, ne glede na vzrok, način ali trajanje umiranja, moramo prav pri vseh naštetih primerih, še preden umremo, skozi doživljanje različnih procesov, ki so posledica ugašanja življenjskih funkcij. Celoten potek umiranja seveda nujno vpliva tudi na zaznavanje umirajočega.



Zaznavanje umirajočega

Vemo, da ljudje zaznavamo vsebine, ki prihajajo iz treh različnih področji. Zaznavamo zunanje vsebine, ki prihajajo v možgane preko čutil in izvirajo iz zunanjega sveta. Zaznavamo podpražne vsebine, ki izvirajo znotraj človeškega telesa in so v večini primerov komaj ali težko zaznavne. Končno zaznavamo še neposredno zaznavne vsebine, ki izvirajo iz samih možganov.

Človeško zaznavanje se prične med procesom umiranja zaradi samoumevne fizikalne hierarhije nujno spreminjati. Od povsem običajnega čutnega zaznavanja se le-to preko zaznavanja podpražnih vsebin spremeni v zaznavanje neposredno v možganih. Seveda je doživljanje tovrstnih zaznav pri nekaterih zelo kratke sape, pri drugih pa se lahko razvleče tudi na več tednov ali še celo dlje.

Tako se pri nekom, ki v ekstremno kratkem času umre v prometni nesreči, zaznavanje lastnega telesa, kako sedi za volanom in opazuje dogajanje na cesti, v desetinki sekunde povsem spremeni. Kljub

odprtim očem začne nad običajno čutno zaznavo prevladovati sprva zaznavanje podpražnih vsebin in kmalu zatem še vsebine, ki izvirajo neposredno iz možganov. V takšnih primerih se zaradi velike hitrosti sprememb zaznavanja precej doživetij enostavno izmuzne našemu zavedanju.

Pri umiranjih, ki trajajo le nekaj sekund ali minut, obstaja velika verjetnost, da se zaradi hitre spremembe zaznavanja umirajoči sploh ne zave, da dejansko umira. Proces je verjetno zelo podoben potapljanju v sanje. Namreč, kdor ne obvlada zavestnega sanjanja, se med sanjanjem niti slučajno ne zaveda, da spi, kajne?

Drugače se odvijajo zaznave pri počasnejšem umiranju. Odvisno od vrste bolezni, poškodbe ali drugih vzrokov, se posamezne zaznavne faze pač podaljšujejo ali skrajšujejo. Samodejno odtekanje pozornosti od zunanjega sveta navznoter povzroča raznovrstne zaznavne fenomene. Torej, zaznavanje se prične bistveno spreminjati že preden nastopi klinična smrt. Običajen način zaznavanja kaj kmalu zamenja **prva faza**, katera vključuje začetne podpražne zaznave, ki jih večina ljudi dobro pozna, saj so mnogokrat prisotne v različnih razdobjih življenja. Sem sodijo občutki telesnega mravljinčenja, temperaturnega prelivanja, izgubljanja ravnotežnega položaja telesa. Pa tudi razna piskanja in druga vibriranja v ušesu, vizualno migetanje pred očmi, zaznavanje vizualnega halo efekta okoli robov vidnih predmetov itn.

Kasneje, v **drugi fazi**, se prične zaradi nadaljnega ugašanja življenja zaznavanje podpražnih vsebin prepletati še z zaznavanjem, ki izvira neposredno iz možganov. Prav ta prepletanja povzročajo vrsto fenomenov, kot so vizualno zaznavanje tunela oz. prehoda skozenj, zaznavanje iskrenja in intenzivne svetlobe, najrazličnejše kinestetične izventelesne senzacije ter zaznave telesnih vibracij, občutki povečevanja, zmanjševanja in spreminjanja svojega telesa, postopna izguba časovno-prostorske fiksiranosti itd.

Prav znotraj te faze umirajoči zares težko ločijo, katere zaznave so del »resničnega« zunanjega sveta in kaj prihaja neposredno iz njihovih možganov. Mnogo ljudi v svojih zadnjih urah, dnevih ali celo tednih, preživlja hude agonije, ko se njihov um neuspešno bori s prepletanjem različnih realnosti. Na smrtni postelji ni nikakor neobičajno, da umirajoči v svojih zadnjih opisih navajajo zgodbe, ki nimajo nikakršne objektivne vrednosti.

In še **zadnja faza** zaznavanja, ki nujno nastopi še pred klinično smrtjo, je t.i. neposredno zaznavanje v samih možganih. Gre za doživljanje, ki je deloma podobno sanjanju, ko ne zaznavamo več sveta preko čutil, niti ne podpražnih zaznav znotraj našega telesa. Pravzaprav gre za že mnogo bolj spokojno fazo, saj je takrat zunanji svet za umirajočega že »pozabljen« oz. »odstavljen«

Vse tri omenjene faze se nujno odvrtijo pri vseh umirajočih. Ni pa nujno, da jih vsi zavestno zaznajo. Če je smrt skorajda instantna, je prehod iz zunanjega v neposreden način zaznavanja tako hiter, da ga zavestno ne zmoremo spremljati. Z drugimi besedami, vse vmesne faze enostavno preskočimo.

Namensko smo do sedaj iz razlag izpuščali posebne situacije, ko prihaja do umiranja med spanjem ali v kakršnem koli drugem spremenjenem stanju zavesti. V takšnih primerih seveda človeškemu zaznavanju ni potrebno prepotovati celotne poti od zaznavanja zunanjih vsebin vse do notranjega tipa zaznavanja, saj se medtem že nahajamo v spremenjenem stanju zavesti.

Pot zaznavanja se pač sorazmerno skrajša, odvisno od stanja zavesti, v katerem se nahajamo. Umiranje se lahko odvija med spanjem, v nezavestnem ali polzavestnem stanju, pod vplivom najrazličnejših kemičnih substanc ali v globoki meditaciji, med lucidnim sanjanjem ali celo med izventelesno izkušnjo...

Trenutek smrti

Po prehodu skozi omenjene tri faze zaznav, ki se odvijajo že pred klinično smrtjo, sledi sam trenutek smrti. Odvisno od tega, ali se s telesno smrtjo vse konča ali pač ne, lahko govorimo o dokončnosti ali pa le o prehodu.

Zaznavanje trenutka smrti s strani umirajočega ne sovпада nujno s klinično smrtjo, saj nekateri, sicer redki, primeri dokazujejo, da človeško telo lahko preživi tudi potem, ko je nekaj časa že klinično mrtvo. Tovrstna doživetja namreč mnogokrat spremljajo zaznave, ki jih po medicinski razlagi ne bi smelo biti. Torej, kje je tista meja, ki loči življenje od onkraja? Je to klinična smrt? Morda se to zgodi še nekoliko kasneje ali celo prej?

Pa pogledjmo nekatere možnosti, ki se nakazujejo. Sprva vzemimo opcijo, po kateri se s klinično smrtjo vse konča. Tu pravzaprav obstajata dve možni razlagi.

Prva, trenutno veljavna medicinska, razlaga pravi, da se procesi zaznavanja umirajočega iztečejo še preden človek doživi klinično smrt. To pa zaradi tega, ker naj bi možgani za uspešno zaznavanje potrebovali še kar nekaj energije, ki je ob klinični smrti pač zmanjka. Seveda je veliko vprašanje, v kaj se izteče zaznavanje. Morda v črnino, tišino in ne-čutenje, ali morda v belino in naključno polnost najrazličnejših zvokov in čutenja.

Druga opcija govori o tem, da se približno v času klinične smrti (morda celo nekoliko kasneje), zaznavanje izteka v časovno prostorsko spiralo, ki se s stališča umirajočega pravzaprav nikoli dokončno ne izteče. Zaznavanje umirajočega se nekako »zacikla« v časovno-prostorsko črno luknjo. Kljub temu, da je za zunanjega opazovalca umirajoči že dokončno umrl, pa umirajoči tega nikakor ne doživlja tako, njegovo zaznavanje se ne konča. Še več, teoretično je možno, da ima časovno-prostorski vrtimec na drugi strani celo izhod.

Oglejmo si še teorijo, ki temelji na prepričanju, da obstaja življenje po življenju. Ta pravi, da v času klinične smrti človeška duša zapusti fizično telo. Potemtakem se posledično spremeni tudi zaznavanje. Zaznavanje s fizičnimi očmi zamenja zaznavanje z očmi duše oz. subtilnega telesa. Svet čutnih zaznav se odmakne na stran in odprejo se nove dimenzije duha.

No, kakršnakoli je že resnica, naj bo za enkrat dovolj.



Odgovorite na vprašanja in spoznajite svoj **UM** !

1. Ali vas je strah lastne smrti?
2. Kdo vas je poučeval o smrti?
3. Ste že razmišljali o svojem pogrebu?
4. Kaj menite, da se bo zgodilo z vami po smrti?

Preverimo značilnosti našega uma

Pravzaprav je vprašanje le izziv, saj ima prav vsak človek globoko vgrajen močan instinktivni odziv do lastne smrti. Novodobne floskule v smislu, da smo smrt že prerasli oz. da nas nje ni več strah, držijo le do trenutka, ko se pojavi dovolj močna življenjsko ogrožajoča situacija. Torej, popravimo vprašanje in raje premislimo, ali poznamo **strah**, ki se sproža ob misli na lastno smrt? Ali smo dovolj pogumni, da se poglobimo v to čustvo? Ali znamo izkoristiti tovrstno čustvo strahu kot zaveznika v težkih situacijah? Nas morda smrtni strah drži v krempljih tudi takrat, ko si tega ne bi želeli?

Kaj veste o smrti in od kod izvirajo vaša znanja? Poznate medicinsko plat medalje? Morda poznate religiozne verzije, ezoterične poglede ali pa se sploh nočete poglobljati v to tematiko? So vas poučevali starši? Ste prebrali knjigo ali starodavni spis? Vas je poučeval vaš duhovni učitelj ali pa ste se sami dokopali do razlag? Verjamete razlagalcem kar tako po občutku ali pa so vas o resničnosti prepričale vaše in tuje obsmrtne ter druge mejne izkušnje? Preverite temelje vaših prepričanj in verjetij, morda pa sploh niso vaše.

Ali imate svoje mnenje o lastnem pogrebu? Vam je vseeno? Prepuščate to vprašanje vašim bližnjim? Si želite pokopa ali upepelitve? Bi radi videli množico ljudi **na vaši zadnji poti** ali pa morda le najbližje? Ali so vam vseč klasični zahodno evropski obredni pokopi z veliko tišine, žalosti in črnih oblačil? Ali pa so vam bližje druge kulture, za katere je pogreb čas praznovanja? Morda pa si želite prav posebno, še ne videno vrsto slovesa? Kaj pa vaš grob, kakšne bodo njegove oblike, barve in velikost? Morda pa bi radi, da vaš pepel raztresejo v veter.

Ali verjamete v življenje po življenju? Kaj pa v življenje pred življenjem? Na kakšen način boste živeli tam onkraj? Kako je sestavljen vaš domišljjski posmrtni svet? Ste morda prepričani, da **po smrti** ne obstaja popolnoma nič več? Kako si to predstavljate? Morda pa sploh nimate nikakršnega zavestnega mnenja in se raje prepuščate dogodkom, da se vam bodo v pravem trenutku razkrili.

Razmislite!

SVETOVANJE in IZOBRAŽEVANJE
s področja kognicije in spremenjenih stanj zavesti

Sandi Jug
Tel: 041 506 089
<http://manicasandi.com/sandi>