

БРЮС ГРЕЙСОН

ДОКТОР МЕДИЦИНЫ



ПОСЛЕ

**ЧТО ОКОЛОСМЕРТНЫЙ ОПЫТ
МОЖЕТ РАССКАЗАТЬ НАМ
О ЖИЗНИ, СМЕРТИ И О ТОМ,
ЧТО БУДЕТ ПОСЛЕ**

ИССЛЕДОВАНИЕ
ВРАЧА • СКЕПТИКА

Жизнь после жизни

Брюс Грейсон

**После. Что околосмертный опыт
может рассказать нам о жизни,
смерти и том, что будет после**

«ЭКСМО»

2021

УДК 141.339

ББК 86.42

Грейсон Б.

После. Что околосмертный опыт может рассказать нам о жизни, смерти и том, что будет после / Б. Грейсон — «Эксмо», 2021 — (Жизнь после жизни)

ISBN 978-5-04-161820-9

Случаи, когда люди, оказавшиеся при смерти, рассказывали о «свете в конце тоннеля» и необычных переживаниях, известны еще с древности. Сегодня подобный опыт описывает 10 % людей, переживших остановку сердца. Однако в медицинском сообществе принято игнорировать такие «околосмертные переживания», принимая их за самообман и «игры разума». Но после рассказов некоторых пациентов о вещах, от которых невозможно было отмахнуться, врач-психиатр Брюс Грейсон начал собственное исследование. Он подошел к проблеме с чисто научной точки зрения и вот теперь, в своей книге делится результатами сорока лет исследований и рассказывает, как они перевернули его мировоззрение. Что, если смерть – это граница между разными формами существования сознания, не конец, а способ перехода на новый уровень? Эта книга заставляет отбросить стереотипы, знакомит с историями людей, переживших смерть, и ведет нас к переосмыслению природы смерти и жизни и предположению о бессмертии сознания. В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

УДК 141.339

ББК 86.42

ISBN 978-5-04-161820-9

© Грейсон Б., 2021

© Эксмо, 2021

Содержание

Введение	7
Глава 1	17
Глава 2	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Брюс Грейсон
После
*Что околосмертный опыт
может рассказать нам о жизни,
смерти и том, что будет после*

Bruce Greyson, M.D.

After: A Doctor Explores What Near-Death Experiences Reveal about Life and Beyond
Copyright © 2021 by Bruce Greyson

Серия «Жизнь после жизни»

© Елена Михалина, перевод на русский язык, 2021

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

* * *

*Посвящаю эту книгу тем, кто, встретившись лицом к лицу со
смертью, любезно поделился со мной самыми личными и глубокими из
переживаний.*

Введение

Путешествие в неведомое



Пятьдесят лет назад мне довелось говорить с женщиной, которая только что пыталась совершить самоубийство. То, что я от нее услышал, заставило меня усомниться в своих знаниях о человеческом мозге, сознании и о том, кто мы на самом деле.

Я как раз подносил ко рту вилку со спагетти, как вдруг на поясе громко запищал пейджер. Я был так погружен в чтение руководства по неотложной психиатрической помощи, которое пристроил между подносом и салфетницей, что вздрогнул от неожиданного звука и выронил вилку. Та со звоном упала в тарелку, забрызгав томатным соусом раскрытые страницы, а когда я наклонился отключить пейджер, то обнаружил красное пятно и на своем галстуке. Ругаясь про себя, я попытался стереть его влажной салфеткой, но оно лишь немного потускнело и увеличилось в размерах. А я только пару месяцев назад выпустился из мединститута и отчаянно старался выглядеть бóльшим профессионалом, чем чувствовал себя на самом деле. Я направился к телефону на стене столовой и набрал номер, высветившийся на пейджере. Скорая доставила пациентку с передозировкой, ее соседка по комнате ждала меня, чтобы рассказать подробности. Мне не хотелось тратить время – идти через всю парковку в ординаторскую и переодеваться, – поэтому я просто схватил со спинки стула белый халат, застегнулся на все пуговицы, чтобы пятна на галстуке не было видно, и поспешил в отделение.

Я начал с того, что прочел отчет о поступлении, составленный медсестрой. Холли, студентка первого курса университета. Прибыла в сопровождении соседки, которая сейчас дожидалась меня в комнате для родственников. Записи медсестры и интерна говорили о том, что, хотя пациентка не просыпалась, состояние ее стабильно и она находится под наблюдением в смотровой палате № 4 – присутствие ассистента было обычной предосторожностью для психических больных. Когда я вошел, Холли лежала на каталке, переодетая в больничный халат, с катетером в вене; провода от электродов на груди тянулись к портативному ЭКГ-аппарату рядом с койкой. Рыжие волосы рассыпались по подушке, обрамляя бледное лицо с угловатыми чертами, тонким носом и губами. Глаза были закрыты. Когда я вошел, она не шевельнулась. На полочке под каталкой я заметил пакет с ее одеждой. Я легко тронул Холли за руку и позвал по имени, но она не ответила. Тогда я обратился к ассистенту, пожилому афроамериканцу, который читал журнал в углу смотровой. Я спросил, не заметил ли он, чтобы Холли говорила или открывала глаза. Он покачал головой: «Все время без сознания».

Я наклонился к пациентке и осмотрел ее. Дыхание было замедленным, но ровным, запаха алкоголя не наблюдалось. Похоже, что она спала после передозировки какого-то лекарства. Пульс был нормальным, но раз в несколько секунд возникали паузы. Я взял ее руки и пошевелил ими, проверяя подвижность и надеясь получить намек на то, что именно она могла принять. Руки были расслаблены, двигались свободно, однако Холли не проснулась.

Я поблагодарил ассистента и направился в комнату для родственников, которая находилась в дальнем конце коридора. В отличие от смотровой, здесь были удобные кресла, диван, кофейный автомат, на столике стояли бумажные стаканчики, сахар и сливки. Когда я вошел, соседка Холли, Сьюзен, ходила туда-сюда по комнате. Это была высокая девушка атлетического телосложения, с каштановыми волосами, собранными в хвост на затылке. Я представился и предложил ей сесть. Она окинула комнату быстрым взглядом и присела на краешек дивана, не переставая тереть кольцо на указательном пальце. Я подвинул стул к ней поближе. В комнате не было ни окон, ни кондиционера, а вечер был жарким, как обычно в Вирджинии в конце лета. Я почувствовал, что начинаю покрываться потом, придвинул напольный вентилятор и расстегнул халат. Наконец я обратился к девушке:

– Сьюзен, вы поступили правильно, вызвав скорую для Холли. Расскажите, что случилось сегодня вечером?

– Я поздно вернулась домой с занятий и увидела, что Холли лежит на кровати без сознания. Я стала звать ее и трясти, но не смогла добудиться. Тогда я позвала коменданта общежития, и она позвонила в неотложку, а я поехала за ними следом на своей машине.

Я все еще предполагал, что состояние Холли вызвано передозировкой какого-то лекарства, поэтому спросил:

– Вы не знаете, какие препараты она могла принять?

Сьюзен покачала головой:

– Я не видела никаких пузырьков. Но я и не искала...

– А вы не знаете, Холли принимала какие-нибудь лекарства постоянно?

– Да, она пила антидепрессанты, которые ей выписали в университетской поликлинике.

– А у вас в общежитии есть еще лекарства, которые она могла выпить?

– У меня есть таблетки от судорог, в шкафчике в ванной, но я не в курсе, брала ли она что-то оттуда.

– Скажите, может быть, Холли пила или принимала наркотики?

Сьюзен снова покачала головой:

– Я за ней такого не замечала.

– У нее есть какие-нибудь проблемы со здоровьем?

– Не думаю, хотя я не слишком хорошо ее знаю. Мы познакомились всего месяц назад, когда переехали в общежитие.

– Но вы сказали, что она наблюдалась в клинике, так как страдала от депрессии. Может быть, она была в сильной депрессии или встревожена больше обычного, или в ее поведении в последнее время были какие-то странности?

Девушка пожала плечами:

– Я не заметила ничего подозрительного. Но мы не так уж близко общались...

– Я понимаю. Но вы случайно не знаете о чем-либо, что могло недавно спровоцировать у Холли сильный стресс?

– Насколько мне известно, с учебой у нее все было хорошо. Хотя, конечно, всем первокурсникам нелегко привыкнуть, мы ведь впервые живем не дома... – Сьюзен остановилась в нерешительности, а затем продолжила: –

Мне кажется, у нее были проблемы с парнем. – Она снова помедлила. – По-моему, он заставлял Холли делать что-то, чего она не хотела...

– Заставлял?

Сьюзен снова пожала плечами:

– Точно не знаю, просто у меня было такое чувство.

Я ждал продолжения, но она замолчала. Тогда я сказал:

– Вы мне очень помогли, Сьюзен. Как вы считаете, есть еще что-то, что нам нужно знать?

Сьюзен снова сделала неопределенное движение. Я ждал, что она расскажет мне что-то еще, но девушка молчала. Мне показалось, что она немного дрожит.

– Как вы себя чувствуете после всего этого? – спросил я, слегка коснувшись ее плеча.

– Все в порядке, – отвечала она слишком поспешно. – Мне нужно возвращаться в общежитие. Мне еще работу писать.

Я кивнул.

– Спасибо, что привезли Холли. И что дождались меня и все рассказали. Конечно, вы можете ехать домой и заняться вашей курсовой. Если хотите, можете навестить Холли с утра. Если нам что-то еще понадобится, мы вам позвоним.

Сьюзен согласно кивнула и поднялась. Я проводил ее до двери и, пожимая ей руку, снова скользнул взглядом по пятну на своем галстуке. Попрошавшись, я опять застегнул халат на все пуговицы, чтобы никто из коллег его не заметил.

После этого я вернулся в смотровую проведать Холли. Но она по-прежнему была без сознания, и ассистент подтвердил, что пациентка даже не шевельнулась с тех пор, как я ушел. Значит, сегодня я уже ничего не мог поделать. Я поговорил с интерном, наблюдавшим Холли, и выяснил, что ее собираются перевести в отделение реанимации для мониторинга сердечной аритмии. Тогда я позвонил своему куратору на кафедре психиатрии. Он согласился, что на тот момент мне больше нечего было делать, но посоветовал проверить, все ли я записал, и завтра первым же делом зайти к Холли и поговорить с ней. В восемь утра, во время обхода, мне нужно будет представить отчет по ее состоянию другим психиатрам. По дороге в ординаторскую, переходя парковку, я поздравил себя с тем, что не опозорился и что пациентку переводят в реанимацию, – вот удача, значит, описывать анамнез и делать назначения в эту ночь предстоит интерну, а не мне.

На следующее утро, хорошо выспавшись и переодевшись, я бодро вошел в отделение реанимации и обвел взглядом полочку на сестринском посту в поисках карты Холли. Одна из медсестер как раз писала в ней. Она взглянула на меня и спросила: «Вы из психиатрического?» Я кивнул: «Я доктор Грейсон». Догадаться о том, что я психотерапевт, было несложно – в реанимации я был единственным, кто надевал белый халат прямо на уличную одежду, а не поверх зеленой униформы. «Холли проснулась, вы можете поговорить с ней, но она все еще сонная, – сказала медсестра. – Ночью ее состояние было стабильным, если не считать нескольких ЖЭС¹». Я знал, что такая эпизодическая аритмия могла ничего и не значить, но оставалась вероятность, что она вызвана какими-то препаратами, которые Холли приняла прошлой ночью. «Спасибо, – ответил я. – Я немного поговорю с ней сейчас, а примерно через час ей

¹ Желудочковая экстрасистола.

нужно будет ответить на вопросы врачей консилиума. Как вы считаете, в таком состоянии ее смогут сегодня перевести в психиатрическое отделение?»

– Еще как, – ответила медсестра, закатив глаза. – В приемном полно пациентов, которые ждут, пока здесь освободится койка.

Я подошел к палате и постучался в косяк открытой двери. Теперь, вдобавок к катетеру в вене, у Холли была трубка в носу, а показания датчиков ЭКГ выводились на монитор над кроватью. Войдя, я задернул за собой штору, закрывающую кровать по периметру, и негромко позвал Холли по имени. Она открыла один глаз и кивнула.

– Холли, я доктор Грейсон. Я из психиатрического отделения.

Девушка закрыла глаз и снова кивнула. Через несколько секунд она едва слышно пробормотала: «Я знаю, кто вы. Я вас видела вчера вечером, я помню».

Я замер, прокручивая в голове обстоятельства нашей встречи прошлым вечером. Потом сказал: «Когда вас привезла скорая, мне показалось, вы спали. Я не знал, что вы меня видели».

Не открывая глаза, Холли прошептала: «Не в палате. Я видела, что вы разговаривали со Сьюзен, сидя на диване».

Я был совершенно сбит с толку. Холли никак не могла видеть, как я беседую с ее соседкой в дальнем конце коридора. Может, она уже бывала раньше в приемном отделении? Может, она догадалась, что я говорил со Сьюзен?

– Кто-то из персонала сказал вам, что я говорил со Сьюзен? – предположил я.

– Нет, – отвечала Холли, на этот раз совершенно отчетливо. – Я вас видела.

Я помолчал, не зная, как продолжать разговор. Мне полагалось задавать вопросы и с их помощью выяснять, что произошло в жизни Холли и пыталась ли она причинить себе вред. Но вместо этого я молчал, не понимая, что делать дальше. В голову пришло, что она просто дурачит меня, новоиспеченного интерна, пытается выбить из колеи. Если так, у нее хорошо получалось. В этот момент Холли, словно почувствовав мое замешательство, открыла оба глаза и впервые посмотрела прямо на меня. «На вас был полосатый галстук, а на нем красное пятно», – уверенно произнесла она.

Сомневаясь, правильно ли я расслышал, я медленно наклонился к ней и, едва в силах произнести что-либо, переспросил: «Что?»

«На вас был полосатый галстук, а на нем красное пятно», – повторила Холли, не отводя взгляда. Затем она пересказала мне весь мой диалог со Сьюзен, все мои вопросы и ее ответы, и даже то, как Сьюзен ходила по комнате и как я подвинул к себе вентилятор, – все в точности так, как было.

Я почувствовал, что покрылся мурашками, а волосы у меня на затылке встали дыбом. Она никоим образом не могла знать всего этого. Да, она могла бы догадаться, какие вопросы я собираюсь задать Сьюзен, но откуда она могла узнать подробности? Кто-то уже заходил к ней с утра и пересказал ей все, что я написал в отчете? Но ведь, когда я беседовал со Сьюзен, в комнате больше никого не было! Никого, кто мог бы знать так точно, что мы говорили или делали. И никто во всем отделении, кроме Сьюзен, не видел этого пятна на галстук прошлым вечером. То обстоятельство, что Холли знала, что я беседовал с ее соседкой, а уж тем более, о чем я с ней говорил и о пятне на моем галстук, было совершенно невозможно. И все-таки она знала. Стоило мне сосредоточиться на ее рассказе об этом, как мысли начинали путаться. Я не мог отрицать, что Холли известно обо всех подробностях моего разговора со Сьюзен. Она знала все, это факт. Но каким образом она могла узнать? Этого я понять не мог. «Она или просто угадывает случайно, или это какой-то фокус», – убеждал я себя.



Холли прошептала: «Не в палате. Я видела, что вы разговаривали со Сьюзен, сидя на диване». Я был совершенно сбит с толку.

Но каким непостижимым образом можно было повернуть такой трюк? Холли только что проснулась после передозировки. Со своей соседкой она не виделась со вчерашнего дня. Может, девушки сговорились еще до того, как Холли выпила таблетки, и спланировали все то, что скажет мне Сьюзен? Но не сговорились же они, что я капну на галстук соусом от спагетти! К тому же Сьюзен выглядела такой встревоженной, когда беседовала со мной в приемном отделении, а Холли до сих пор была вялой и заторможенной. Все это никак не походило на розыгрыш.

У меня было много вопросов, но не было ни ответов, ни даже времени на то, чтобы подумать над ними как следует. И обратиться с ними было не к кому. Все это произошло за много лет до того, как в англоговорящем мире впервые прозвучал термин «околосмертные переживания». Я был ошарашен этим совершенно необъяснимым случаем, и все, что я мог, – это отодвинуть свои вопросы куда-то вглубь памяти до лучших времен.

Холли снова уснула, и звук ее неровного дыхания вернул меня в настоящее. Сегодня главное – вовсе не *моя* растерянность. Мое дело – помочь Холли разобраться с *ее* эмоциями, справиться с проблемами и снова обрести желание жить. Мне нужно было сосредоточиться на выяснении тех обстоятельств ее жизни, которыми был вызван стресс, и оценить ее суицидальные наклонности, прежде чем сюда придут другие врачи для совещания.

Я снова тронул пациентку за руку и позвал по имени. Она открыла один глаз. Я попытался продолжить расспросы. «Холли, расскажите, пожалуйста, что с вами случилось, что стало причиной передозировки?» Мне удалось выяснить, что она выпила большую дозу амитриптилина, препарата, вызывающего опасные нарушения сердечного ритма. Также Холли призналась, что у нее уже имелся опыт передозировки в старших классах. Ее слова подтверждали все, что рассказала Сьюзен, и прояснили некоторые подробности. Ей было сложно справиться с социальным давлением в университете, сложно было сойтись с одноклассниками. Она даже хотела бросить учебу, вернуться домой и поступить в местный техникум, но родители настаивали, чтобы она потерпела. Вскоре я заметил, что Холли опять засыпает. Я поблагодарил ее за беседу и предупредил, что примерно через час к ней зайдут еще несколько врачей. Девушка кивнула и закрыла глаза.

Тогда я сообщил в университетскую поликлинику, что Холли поступила к нам, и запросил выписку о ее лечении у психиатра. Затем я добавил в карту короткую запись о том, что услышал от Сьюзен прошлым вечером, и свои немногие наблюдения за эмоциональным состоянием и мыслительными процессами пациентки, сделанные нынешним утром. Однако я рассказал консилиуму отнюдь не все. Я намеренно не упомянул о том, что Холли утверждала, будто видела и слышала меня, пока спала в другой комнате. В тот момент я решил не рассказывать об этом никому из коллег, пока не найду какого-либо разумного объяснения. В лучшем случае люди подумают, что я был не в себе и действовал непрофессионально. А в худшем они могут подумать, что я рехнулся и все это сочиняю.

«Ясное дело, – говорил я себе, – что Холли не могла видеть или слышать, что происходит в комнате для родственников, пока спала в палате в другом конце приемного отделения. Значит, она узнала обо всем каким-то другим способом». Я просто не мог додуматься, что это за способ. Медсестры в реанимации не знали о моей беседе со Сьюзен в приемном покое, да и никто из тех, кто был тем вечером на посту в приемном, не мог знать тех подробностей, кото-

рые пересказала Холли. Но, будучи молодым неопытным доктором, я смог только спрятать этот необъяснимый случай поглубже в памяти, утешаясь неопределенными планами вернуться к нему когда-нибудь в будущем. Даже своей жене Дженни я ничего не сказал. Все это было слишком странно. Мне было неловко рассказывать кому-то о произошедшем и о том, что я воспринял это всерьез. К тому же было ясно, что, сообщив я хоть кому-нибудь, станет гораздо сложнее сохранить все в секрете, и мне так или иначе придется разбираться с этой ситуацией.

Я был убежден, что существует логическое объяснение тому, как Холли обо всем узнала, и считал, что должен отыскать его сам. Ну а если не найду... Тогда оставалось лишь признать, что часть Холли, наделенная способностью думать, слышать, видеть и запоминать, каким-то образом покинула тело и отправилась за мной следом в комнату для родственников, где, не имея ни глаз, ни ушей, смогла тем не менее наблюдать мой разговор со Сьюзен. Но такое объяснение я считал бессмыслицей. Я даже не совсем понимал, что значит «покинуть свое тело». Я был уверен, что мое тело и есть я. И на том этапе своей жизни я не мог позволить себе даже думать о подобных вещах. Я не имел права вести расследование, доискиваться у Сьюзен, заметила ли она пятно на моем галстуке, и если да, говорила ли о нем кому-либо. Или опрашивать медсестер, работавших в приемном покое тем вечером. Или, тем более, выяснять, кто в столовой мог видеть, как я уронил вилку, а затем рассказать об этом Холли, – это было бы уж совсем невероятно. Да мне и не хотелось ничего расследовать. В тот момент я предпочел бы просто забыть об этом случае.

Но я продолжал возвращаться к нему последующие полвека, пытаясь понять, как Холли удалось узнать про пятно от соуса. Ни мой жизненный опыт, ни научная подготовка никак не могли помочь мне справиться со столь серьезным ударом по сложившемуся на тот момент мировоззрению...

Меня воспитывал отец, прагматик и скептик, всю жизнь посвятивший химии. Я пошел по его стопам, избрав чисто научную карьеру. Я стал ученым, психиатром, и успел опубликовать больше сотни научных статей в рецензируемых медицинских журналах. Мне удалось стать членом постоянного преподавательского состава медицинского института при Мичиганском университете, где я специализировался на неотложной психиатрической помощи, затем я пришел в Коннектикутский университет как заведующий отделением психиатрии; в Университете Вирджинии я руководил кафедрой психиатрии и нейроповеденческих наук имени Честера Карлсона. Мне посчастливилось оказаться в нужном месте в нужное время и получить не один научно-исследовательский грант как от государства, так и от фармацевтических компаний и частных исследовательских фондов. Я и сам входил в комиссии по выдаче грантов и участвовал в планировании программ национальных институтов здравоохранения, а также выступал на симпозиуме по вопросам сознания ООН. Мои исследования в области медицины были неоднократно отмечены наградами, а я был назначен постоянным заслуженным членом Американской психиатрической ассоциации.

Таким образом, мне удалось построить весьма успешную карьеру профессора психиатрии, в значительной степени благодаря блестящим наставникам и коллегам, которые поддерживали меня на этом пути. Именно им я во многом обязан своим успехом. Однако все эти годы мне не давали покоя те сомнения относительно мозга и сознания, которые заронила Холли, сказав, что видела пятно на моем галстуке. Как скептик, я привык опираться на факты, и это не позволило мне просто закрыть глаза на случай такого рода – случай, казавшийся невозможным. Я должен был найти научное объяснение. Так началось мое путешествие.

В 1976 году, когда я был директором отделения неотложной психиатрической помощи в Университете Вирджинии, ко мне на стажировку пришел Рэймонд Моуди. Как раз в это время его книга «Жизнь после жизни: исследование феномена – переживание смерти тела»²

² «Жизнь после жизни» – Моуди Р. Жизнь после жизни. Свет вдали. М., София, 2009

неожиданно стала бестселлером. Именно в ней впервые прозвучал по-английски термин «околосмертные переживания», в сокращении NDE³. Читатели буквально заваливали его письмами, в которых делились подобным опытом из своей жизни. У Рэймонда не хватало времени отвечать на них, и он попросил меня, своего руководителя, помочь ему. И я был поражен, когда оказалось, что Холли с ее рассказом, который когда-то так меня шокировал, отнюдь не одинока. Рэймонд тоже встречал пациентов, которые утверждали, что помнят, как покидали свое тело и наблюдали события, происходившие в других местах, пока были при смерти.

Это открытие навело меня на мысль об изучении околосмертных переживаний с позиции доказательной медицины. Может быть, не познакомься я лично с Рэймондом и не прочти его революционную книгу, я никогда бы и не взялся распутывать тот случай с пятном. Однако вскоре я выяснил, что околосмертные переживания – давно известный феномен. Он неоднократно упоминается в древнегреческой и древнеримской литературе⁴, признается всеми крупными религиями⁵, упоминается в фольклоре туземных сообществ по всему миру⁶, а также присутствует в медицинской литературе девятнадцатого – начала двадцатого веков⁷.

Я объединился с коллегами, которым тоже случилось столкнуться с этим феноменом, для учреждения Международной ассоциации по изучению околосмертных переживаний – организации, призванной содействовать исследованиям в данной сфере. Более четверти века я был в ней директором по науке и редактором журнала «Исследование околосмертных переживаний» – единственного научного издания, посвященного данной теме. За несколько десятилетий я собрал экспериментальную группу из более тысячи человек, переживших подобный опыт. Они были так добры, что заполняли один мой опросник за другим, некоторые – на протяжении более сорока лет. Их описания я сравнивал со своими наблюдениями за пациентами, которые попадали в клинику при остановке сердца, эпилептических приступах или попытке самоубийства. На этом пути я обнаружил, что некоторые темы околосмертных переживаний универсальны, повторяются и не зависят от культурного контекста⁸. То же я могу сказать о последующем влиянии, которое околосмертные переживания часто оказывают на верования, ценности, установки людей, личность в целом. В своих работах мне удалось показать, что такие состояния нельзя считать всего лишь галлюцинациями или снами.

За сорок пять лет я обнаружил описания околосмертных переживаний в письменных источниках по всему миру, некоторые из них насчитывают века. Я выяснил, что феномен этот весьма распространен и не делает ни для кого исключений. Подобные состояния бывают даже у нейробиологов. Например, у нейрохирурга Эбена Александера, который неделю находился в коме вследствие редкой болезни мозга. Проснувшись, он помнил свои околосмертные переживания во множестве ярких подробностей. Впоследствии он поделился ими со мной в надежде найти объяснение тому, что казалось невозможным.

³ ОСП – от англ. «near-death experience». – *Прим. пер.*

⁴ «...упоминается в древнегреческой и древнеримской литературе...» – Jeno Platthy, «Near-Death Experiences in Antiquity» («Околосмертные переживания в античности»)

⁵ «...признается всеми крупными религиями...» – Farnaz Masumian, «World Religions and Near-Death Experiences» («Мировые религии и околосмертные переживания»)

⁶ «...в фольклоре туземных сообществ по всему миру...» – Allan Kellehear, «Census of Non-Western Near-Death Experiences to 2005: Observations and Critical Reflections» («Статистика околосмертных переживаний в неевропейских странах до 2005 года: наблюдения и критическое осмысление»)

⁷ «...в медицинской литературе девятнадцатого – начала двадцатого века...» – Terry Basford, «Near-Death Experiences: An Annotated Bibliography» («Околосмертные переживания: аннотированная библиография»)

⁸ «...темы околосмертных переживаний универсальны, повторяются и не зависят от культурного контекста...» – Gena Athappilly, Bruce Greyson and Ian Stevenson, «Do Prevailing Societal Models Influence Reports of Near-Death Experiences? A Comparison of Accounts Reported before and after 1975» («Влияют ли преобладающие социальные модели на описание околосмертных переживаний? Сравнение сообщений, полученных до и после 1975 года»)



ТАКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ИМЕЮТ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ НАС, ТАК КАК ГОВОРЯТ НАМ О ЖИЗНИ И СМЕРТИ, О ТОМ, ЧТО ЗНАЧИТ УМЕРЕТЬ И ЧТО ЗНАЧИТ ЖИТЬ.

Пытаясь получить ключ к разгадке феномена околосмертных переживаний, я также обнаружил, что их воздействие отнюдь не ограничивается личностью испытавшего их человека. Чем больше узнавал я о феномене, тем больше убеждался в том, что он требует объяснения, выходящего за рамки ограниченных бытовых представлений о мозге и сознании. В иных, новых представлениях о сознании и мозге крылась возможность исследования гипотезы о том, что сознание может сохраняться после смерти физического тела. А это, в свою очередь, могло привести к переоценке нашего восприятия себя, своих жизненных принципов и своего места во Вселенной.

Некоторые из коллег-ученых предупреждали меня, что моя готовность исследовать такие «невозможные» вещи, как околосмертные переживания, рискует послужить плодородной почвой для возникновения разного рода суеверий... Но давайте не будем судить ни о чем заранее, исходя из наших устоявшихся представлений! Давайте обсуждать невероятные идеи, и тогда мы увидим, являются ли они и в самом деле суевериями или же ступенями к новой, более полной картине мира. Изучение околосмертных переживаний не только не уводит нас от науки к суевериям, но, наоборот, демонстрирует, что применение научных методов к нефизическим явлениям нашего мира позволяет описывать реальность гораздо точнее, чем когда мы ограничиваем науку лишь исследованиями материи и энергии.

Вполне вероятно, что, опираясь исключительно на накопленные за несколько десятилетий научные данные и не поддерживая никаких конкретных теорий или убеждений, я разочарую многих своих знакомых, которые разделяют ту или иную точку зрения. У меня есть верующие друзья, которым может быть неприятно мое допущение, что причиной возникновения околосмертных переживаний могут быть физические изменения в мозге. Кто-то из моих друзей-материалистов будет в ужасе от того, что я допускаю возможность функционирования сознания независимо от мозга. И с обеих сторон найдутся люди, которым покажется, что я просто избрал самый легкий путь, не примкнув ни к одному лагерю.

Но на самом деле отсутствие личной позиции в данном случае продиктовано интеллектуальной честностью. На мой взгляд, имеется достаточно оснований для того, чтобы всерьез рассматривать как физиологический механизм возникновения околосмертных переживаний, так и гипотезу о продолжении работы сознания отдельно от мозга. Мысль о том, что околосмертные переживания являются продуктом неизвестного физиологического процесса, вполне оправдана и согласуется с существующим философским пониманием реального мира как чисто физического явления. С другой стороны, представление об околосмертных переживаниях как о духовном даре также обосновано и соответствует философским представлениям о том, что наше существование не ограничивается материальными аспектами. Но несмотря на существование обеих идей, ни одна из них не является научным постулатом. Они скорее предположения.

В данной книге я надеюсь показать, что околосмертные переживания вполне могут быть *одновременно* духовной способностью и результатом определенных физиологических процессов. Имеющиеся научные данные указывают на то, что обе гипотезы могут быть верны, и это не вызывает противоречия. Что позволяет нам отказаться от искусственного разграничения духовности и науки. Однако моя открытость обеим точкам зрения вовсе не означает, что я не пришел ни к каким выводам относительно значения околосмертных переживаний.

За долгие годы работы я убедился, что околосмертные переживания, какова бы ни была истинная причина их возникновения, вполне реальны и оказывают весьма глубокое воздействие, становясь источником озарений и духовного роста. Для людей, испытавших такое состояние, они имеют колоссальное значение и в корне меняют их жизнь. Я полагаю, что они также важны и для ученых, так как могут стать важным ключом к пониманию принципов работы мозга и сознания. И я верю, что такие переживания имеют значение для всех нас, так как говорят нам о жизни и смерти, о том, что значит умереть и что значит жить.

В данной книге я не стал подробно останавливаться на статистике и методологии моих исследований. Если читателя интересуют технические детали, ссылки на них можно найти в примечании в конце книги. Любую из моих научных статей можно скачать на сайте Отдела перцептивных исследований в Медицинской школе Университета Вирджинии www.uvadops.org.

Хотя в основу этой книги легло научное изучение феномена околосмертных переживаний на протяжении сорока пяти лет, я не предназначал ее исключительно для ученых. Однако я также не писал книгу специально для людей, имеющих опыт таких переживаний, хотя я и надеюсь, что они оценят мою попытку отдать им должное. На самом деле эта книга скорее для всех остальных, для тех из нас, кого интересуют невероятные возможности, таящиеся в человеческом сознании, и фундаментальные вопросы жизни и смерти.

О смерти и том, что случается после, сказано и написано много. Чаще всего на этом поле сталкиваются две точки зрения – научная и религиозная. В этой книге я попытался наладить диалог и перевести дискуссию на новый уровень. Я постарался показать, что наука и духовность совместимы, и не обязательно бросать науку, чтобы рассуждать о духовном. Путешествие, в которое я отправился, открыло для меня, что научный, доказательный подход к пониманию мира и к формированию наших представлений отнюдь не мешает нам наслаждаться красотой нематериальных, духовных аспектов нашей жизни. И наоборот, оценивая по достоинству нематериальное и духовное, мы можем подходить к нашим переживаниям с научной точки зрения и искать научные подтверждения нашим представлениям. И хотя я узнал много нового о смерти и о том, что случается после, эта книга не только о смерти. Эта книга и о жизни, о том, что значит жить, о сострадании и сопричастности друг другу, о том, что наполняет нашу жизнь радостью и смыслом.

Я не ставил перед собой цели этой книгой склонить читателя к какой-либо конкретной точке зрения. Я бы хотел, чтобы она заставила вас задуматься. Надеюсь, мне удалось показать, как научный подход помогает нам понять, какие знания дают нам околосмертные переживания о жизни, смерти и о том, что будет после. Исследуя научные данные, я так много узнал о феномене и значении околосмертных переживаний, что написал книгу в надежде поделиться своим энтузиазмом на этом пути. Я хочу, чтобы вы задались вопросами и поразмышляли над ответами, и возможно, пересмотрели свои представления о жизни и смерти, а не просто поверили тому или иному взгляду. Я не вручаю вам Десять заповедей, как Моисей. Как ученый, я делюсь с вами своими выводами из полученных данных.

Как бы я ни хотел в свое время стереть из памяти любое напоминание о встрече с Холли, уже тогда я все-таки мыслил как ученый и понимал, что не смогу просто так отмахнуться от того случая. Притворяться, что чего-то не существует только потому, что мы не можем это объяснить, – это как раз полная противоположность науке. В своих попытках найти логическое объяснение загадке пятна от соуса я начал исследование, которое длится пятьдесят лет. Я не

нашел ответов на все вопросы, зато засомневался в некоторых имевшихся у меня ответах. И я даже не предполагал, как далеко в неизведанное мне предстоит зайти.

Глава 1

Изучение необъяснимого



Никогда раньше мне не встречался человек с половиной лица. Через шесть месяцев после начала моей стажировки к нам в больницу поступил Генри. Когда я впервые увидел его на больничной койке, мне было трудно отвести взгляд от того места, где полагалось быть челюсти и правой щеке. Пластическим хирургам пришлось потрудиться, пересаживая лоскуты кожи с его живота, чтобы прикрыть раны, но даже сейчас, глядя на него, мне было трудно сохранять самообладание. Он говорил медленно и немного невнятно, одной только левой половиной рта. Но пусть мне и было не по себе, Генри как будто не стеснялся и говорил со мной охотно. Сдержанно и даже невозмутимо он рассказал мне, как пытался застрелиться, и что произошло потом.

Генри было около сорока лет. Он был самым младшим в семье небогатых фермеров. Старшие братья и сестры разъехались, когда у них появились свои семьи, но Генри, хотя и женился, остался с родителями. Когда ему было двадцать три, они с отцом отправились на охоту, и неожиданно у отца случился сердечный приступ. Генри сумел донести его домой, но дома отец умер у него на руках. Матери пришлось взять на себя управление фермой. Еще несколько лет спустя от Генри ушла жена. Она забрала детей и уехала в город к своим родителям.

За десять месяцев до того, как Генри попытался совершить самоубийство, его мать слегла с пневмонией. Он отвез ее в больницу, и ее госпитализировали. Хотя мать просила Генри не уходить, он поехал домой, чтобы присмотреть за курами. Наутро, когда он вернулся, мать была без сознания и через несколько часов умерла.

Вне себя от горя Генри ушел в запой. Его мучило чувство вины за то, что он бросил маму в больнице, ночами ему снилось, что она жива, он не мог заставить себя убрать ее личные вещи, и в доме все оставалось по-прежнему. Напившись, Генри только мрачно бормотал, что «дом больше не дом». Несколько месяцев прошли в депрессии. Однажды Генри пил все утро, затем взял охотничье ружье и отправился на кладбище, где были похоронены родители.

Несколько часов он просидел на их могиле, вспоминая и представляя себе, как говорит с ними. Затем он решил, что настало время отправиться следом. Он лег на могилу, положив голову туда, где должна была бы быть грудь его матери, пристроил ружье двадцать второго калибра между ног⁹ и, прицелившись себе в подбородок, большим пальцем не спеша спустил курок. Пуля прошла сквозь правую половину его лица, поразив осколками щеку и висок, но по счастливой случайности не задела мозг.

⁹ «...пристроил ружье двадцать второго калибра между ног...» – околосмертный опыт Генри и моя интерпретация его рассказа с точки зрения психологии описаны в статье «Утрата близких и попытки суицида»: John Buckman, Bruce Greyson, «Attempted Suicide and Bereavement»

Стараясь, чтобы голос не дрожал, и не глядя на швы на щеке, я продолжил задавать Генри вопросы. «Звучит ужасно, – сказал я. – Могу только гадать, через что вы прошли. О чем вы думали в этот момент?»

На левой половине лица Генри появилась полуулыбка. «Когда я нажал на курок, – сказал он, – все исчезло. Холмы, горы позади, все, что было вокруг».

Он взглянул на меня. Я кивнул и спросил: «А что потом?»

«Потом я очутился на цветущем лугу. Мама и папа стояли там, раскрыв руки мне навстречу. Я слышал, как мама сказала папе: «А вот и Генри!». Ее голос был таким счастливым! Но потом она посмотрела прямо на меня, и выражение ее лица изменилось. Она покачала головой и воскликнула: «Ох, Генри, что же ты наделал!»

Генри остановился, поглядел на свои ладони и сглотнул. Я немного подождал и произнес: «Представляю, как вам было тяжело. Что вы чувствовали?»

Он пожал плечами и помотал головой. Потом глубоко вздохнул. «Это все, – сказал он. – Я снова оказался на кладбище, маму и папу я больше не видел. Почувствовал теплую лужу крови под головой и подумал, что нужно позвать на помощь. Я пополз к своему грузовику, но тут меня заметил могильщик и подбежал ко мне. Он обмотал мне голову тканью и привез в больницу». Генри снова пожал плечами: «И вот я здесь».

– Очень необычный опыт, – заметил я. – А раньше вы видели своих родителей вот так, после их смерти?

Он покачал головой:

– Не-а. Но было здорово снова увидеть их вместе.

– После выстрела вы наверняка потеряли сознание на какое-то время.

Как считаете, вы могли видеть их во сне?

Генри сжал губы и замотал головой:

– Это не был сон! Мама и папа были такими же реальными, как вы сейчас.

Какое-то время я молчал, пытаюсь понять, что он имеет в виду. Конечно, для Генри все было ясно как день – он видел своих родителей, потому что собирался встретиться с ними на небесах. Но в моей научной картине мира такого не могло быть. В уме я перебирал варианты. У Генри психическое расстройство? Галлюцинация была вызвана алкоголем? Может, он так долго сидел на родительской могиле, что абстиненция спровоцировала белую горячку? Или причиной видений было горе?

Ничто не указывало на то, что Генри ненормален. После нескольких дней в больнице он разговаривал спокойно и вел себя вполне адекватно. Никаких соматических проявлений алкогольной абстиненции все это время также не наблюдалось. Но меня удивило то, что Генри совсем не выглядел печальным. Я спросил его:

– А чего вам хотелось в тот момент, когда вы нажимали на курок?

– Я просто не хотел больше жить, – быстро отвечал он. – Мне было все равно, что будет, я просто не в силах был дальше жить без мамы.

– А сейчас вы по-прежнему хотели бы покончить с жизнью?

– Сейчас я об этом и не думаю. Я все еще скучаю по маме, но я счастлив, что знаю, где она.

За недолгое время своей стажировки в качестве психиатра я еще не встречал пациентов, которые после попытки самоубийства говорили бы так уверенно. Генри сказал, что ему стыдно за свою суицидальную попытку, но за видение он чувствует благодарность. Он горел желанием поделиться с другими пациентами, убеждая их в ценности и святости жизни. Что бы ни было причиной его видения, оно совершенно точно помогло ему справиться с горем.

До первого употребления в английском языке термина «околосмертные переживания» все еще были годы, и я мог объяснить себе происшествие с Генри только с позиции галлюцинаций. Я решил, что его воображаемое воссоединение с покойными родителями было не чем иным, как психологическим защитным механизмом.

Все это случилось спустя лишь несколько месяцев после моего знакомства с Холли и ее рассказа о пятне на моем галстуке, которому я все еще пытался найти разумное объяснение. Но опыт Генри в моем представлении был совсем иным. Холли утверждала, что, будучи без сознания, видела и слышала происходящее вдали от ее физического тела. Это были реальные вещи и явления нашего материального мира, а не какие-либо духи. Генри же уверял, что видел и слышал призраков своих покойных родителей. Главное же отличие заключалось в том, что видения Генри могли быть объективно объяснены с научной точки зрения. А в случае с Холли я сам оказался втянут в ее видения, что совершенно выбивало почву у меня из-под ног каждый раз, когда я задумывался об этом, силясь найти хоть какое-то объяснение.



Генри сказал, что ему стыдно за свою суицидальную попытку, но за видение он чувствует благодарность.

Итак, видение Генри я мог счесть механизмом психологической защиты. Но как мне было убедить Генри, что виденное им не было реальностью? Скажи я ему, что все это было лишь игрой его воображения, как врач я бы потерял с ним контакт. К тому же я понимал, что видения принесли ему огромную пользу, помогая избавиться от суицидальных мыслей. Я рассматривал произошедшее с Генри как галлюцинацию, которую породило его бессознательное, чтобы помочь справиться со смертью матери. Но в интересах терапии я принял решение поддерживать значимость его видения, как только могу, и не подвергать сомнению то единственное, что теперь придавало его жизни смысл. Я говорил ему прямо: «Вы описываете очень значимый опыт, который помог вам обрести новую цель в жизни. Давайте обсудим, что это значит для вас и как вы теперь будете двигаться дальше».

Я намеревался вместе с Генри определить символическое значение его видения как способа психологически воссоединиться с покойной матерью. Однако он воспринимал встречу с родителями как совершенно реальную, а не какой-либо символ. В тот момент я не допускал и мысли, что Генри считал свою встречу с родными реальной, потому что она и *была* реальной. Ни мой жизненный опыт, ни образование не позволяли мне и подумать, что Генри мог вправду увидеть своих родителей. Ведь я был сыном химика, для которого понятие реальности вполне точно описывалось периодической таблицей.

Днем мой отец работал химиком, а по ночам... по ночам он оставался химиком. Помню, что в детстве, стоило нам переехать в новый дом, отец тут же устраивал в подвале лабораторию. Его стремление поделиться своим энтузиазмом лишь немногим уступало его страсти к самой науке. Еще когда мы жили в Хантингтоне, пригороде Нью-Йорка, и я ходил в начальную школу, отец научил меня пользоваться горелкой Бунзена, механическими весами, центрифугой и магнитной мешалкой, коническими и круглодонными колбами и мензуркой.

После случайного открытия тефлона ученым компании «Дюпон» мой отец много экспериментировал с этим полимером. Он работал в небольшой химической фирме, которая занималась производством различных тефлоновых изделий, например топливных элементов ракет и изоляции для проводов. Главное преимущество тефлона перед другими видами покрытий было в том, что к его скользкой поверхности почти ничего не прилипало. Некоторые изобретения моего отца поспособствовали развитию промышленности. Он обрызгивал разными

видами тефлона мамину домашнюю утварь – кастрюли, лопатки, сковородки – задолго до того, как в магазинах появилась посуда с тефлоновым покрытием. Правда, иногда в еде нам попадались кусочки тефлона... Были и менее удачные находки. Однажды отец придумал тефлоновые вкладыши для обуви, чтобы она не натирала. Но в результате ступни скользили в ботинках туда-сюда при каждом шаге. Ходить в них было непросто, а уж бегать – по-настоящему опасно. Но моего отца мало заботил результат эксперимента. Гораздо важнее для него было воодушевление в процессе и невозможность знать заранее, увенчается ли очередной опыт успехом.

Я лежу лицом вверх на жертвенном камне и чувствую, как по спине бегают мурашки от волнения. Надо мной возвышаются сосны, их ветви рассеивают солнечный свет на кусты рододендрона и горного лавра. Утренний ветерок разносит птичий щебет. По поверхности гранитной плиты вокруг моего тела протянулась канавка глубиной в сантиметр, а чуть ниже моих подошв от нее к краю плиты ведет короткий желобок. Сама плита, весом, наверное, больше тонны, покоится на четырех каменных основаниях в метре над землей.

Мой отец, невысокий широкоплечий мужчина с лукавым блеском в глазах, то расхаживает вокруг плиты с трубкой во рту и рулеткой в руках, то делает заметки и чертит какие-то диаграммы в блокноте. Вокруг плиты, на которой я лежу, расположено еще около дюжины каменных строений, стен и желобов. Вертикально стоящие камни расставлены в соответствии с меняющимся положением солнца в разное время года. Все здесь таит загадку. Фермер, купивший этот участок в Сейлеме, штат Нью-Гэмпшир, в середине двадцатого века, назвал его Мистери-хилл. Некоторые исследователи предполагают, что все эти сооружения построены переселенцами-викингами в 1000 году нашей эры, за несколько веков до путешествия Колумба в Америку. Другие считают, что это дело рук кельтов, выходцев с Британских островов, и что постройки датируются 700 годом до нашей эры. Есть версия, что все это строилось тысячи лет воинственными индейскими племенами абенаков и пеннакуков.

Кем бы ни была воздвигнута эта конструкция, у меня мурашки бегают по спине, когда я лежу на граните. Я представляю себе, как моя кровь стекает по канавке вокруг тела и течет по желобку в специальное ведро. Мне и жутко, и интересно. Мне десять лет, и я помогаю папе разгадать очередную научную тайну. Не знаю точно, отчего я дрожу, – от холода каменной плиты этим свежим осенним утром, какое бывает в Новой Англии, или от волнения на пороге открытия. Мой отец, без сомнения, заряжен последним, и мне тоже передается его воодушевление. Я чувствую, что вношу свой вклад в прогресс науки, раздвигая границы непознанного. Десятилетний мальчишка, я уже очарован наукой, возможностью найти ответы на вопросы, собирая и анализируя данные, а не просто сидя в раздумьях в кресле или принимая на веру слухи и байки.

Мистери-хилл до сих пор остается неразгаданной тайной, вероятно, в связи с тем, что многие народы на протяжении веков использовали эти руины по-своему, разрушая или переделывая то, что могло бы послужить доказательством его происхождения. Этот «жертвенный камень» вполне мог быть всего лишь основанием яблочного пресса в девятнадцатом веке, а бороздка по краю – лишь приспособлением для сбора яблочного сока. Или, например, каменным прессом для добычи щелока из древесной золы, чтобы сделать мыло. Мы с отцом так и не нашли никаких подтверждений той или иной версии происхождения Мистери-хилл, но волнение, которое дарят методичные поиски истины, навсегда осталось в моей памяти.

Будучи скептиком до мозга костей, отец постоянно сомневался в своих представлениях о чем бы то ни было. Разбираться в вещах, которых он не понимал или которые противоречили его предположениям, было для него величайшим наслаждением. Мне досталась от него не только страсть к науке, но и понимание того, что ее сущность – эксперимент. Наука по своей сути – всегда процесс. Какой бы убедительной ни выглядела сложившаяся картина мира, нужно быть готовым пересмотреть ее, если новые факты вызывают противоречия. Одним из результатов такого открытого отношения всегда будет радость при встрече с необъяснимым.

Изучая вещи, которые вписываются в рамки уже имеющихся идей, мы можем лучше понять их нюансы. Но только изучение чего-либо, не вписывающегося в существующие теории, чаще всего приводит к научному прорыву.

Хотя отец и учил меня с радостью исследовать то, чего я не могу объяснить, он никогда не имел дела с такими абстрактными вещами, как человеческое сознание, мысли и чувства, не говоря уже об умозрительных понятиях вроде Бога, духа и души. Я всегда был доволен своим «научным» воспитанием и своим намерением стать ученым, и, вслед за отцом, я считал, что эмпирические данные – основа ответа на любой вопрос.



Какой бы убедительной ни выглядела картина мира, нужно быть готовым пересмотреть ее, если новые факты вызывают противоречия.

В Корнеллском университете моей специализацией стала экспериментальная психология. При помощи научных методов я исследовал, как золотые рыбки находят путь в лабиринте, почему крысы учатся нажимать на рычаг, чтобы получить еду, только в определенное время; почему молодые макаки-резусы под одними предметами находят еду, а под другими – нет. Но каким бы удивительным ни был интеллект животных, я твердо знал, что хочу работать с людьми, и решил продолжать обучение в медицинском университете. Там мне понравилось многое – от акушерства до наблюдения пожилых пациентов на дому. Но чем больше я узнавал о психических расстройствах, тем больше воодушевлялся тем, как мало мы знаем о мозге. Множество вопросов без ответа манило меня, и я выбрал психиатрию.

На третьем году обучения в медицинском я приехал навестить родителей и удивил отца новостью о том, что собираюсь стать психиатром. Я рассказал ему, что меня поразило воздействие, которое оказывают бессознательные мысли и эмоции на наше поведение. Помню, как отец сидел в большом кресле, скрестив ноги. Как неторопливо вытащил из кармана трубку и щепотку табаку, тщательно набил чашу и утрамбовал табак, потом добавил еще немного и снова утрамбовал. Затем он зажег спичку и аккуратно поводил ею над чашей, потягивая воздух из мундштука. Наконец он взглянул мне в глаза и, к моему удивлению, спросил: «А почему ты думаешь, что у нас есть бессознательные мысли и эмоции?»

Такой резкий вызов огорошил меня. Но отец не сказал мне, что бессознательного *не существует*. Он лишь попросил представить доказательства, как и полагается скептику и ученому. Однако его вопрос застал меня врасплох. Влияние бессознательного – того, что мы думаем и чувствуем, не осознавая этого, – было основой всей психиатрии вот уже сотню лет.

Зигмунд Фрейд сравнил сознание с айсбергом¹⁰. Те мысли и чувства, которые мы замечаем за собой, оказались лишь вершиной, видимой над водой. Например, вы можете почувствовать жажду, и примете осознанное решение попить. Но девять десятых айсберга скрыты под поверхностью океана. Это бессознательное, то есть мысли и чувства, о которых мы не имеем понятия, но которые, тем не менее, влияют на наше поведение. К примеру, большинство учителей бессознательно ставит более высокие оценки более приятным ученикам¹¹. Тому, что они это делают, хотя и не знают об этом, имеется достаточно подтверждений. Но саму идею того, что бессознательные мысли и чувства влияют на наше поведение, я принял на веру, как

¹⁰ «Зигмунд Фрейд сравнил сознание с айсбергом...» – Фрейд, Зигмунд. Бессознательное

¹¹ «...большинство учителей бессознательно ставит более высокие оценки более приятным ученикам...» – David Landy and Harold Sigall, «Beauty Is Talent: Task Evaluation as a Function of the Performer's Physical Attractiveness» («Талант красоты: зависимость оценки выполнения задачи от физической привлекательности исполнителя»)

и многие другие идеи, высказанные профессорами и описанные в книгах. Я не усомнился в них ни на минуту.



ТОЛЬКО ИЗУЧЕНИЕ ЧЕГО-ЛИБО, НЕ ВПИСЫВАЮЩЕГОСЯ В СУЩЕСТВУЮЩИЕ ТЕОРИИ, ЧАЩЕ ВСЕГО ПРИВОДИТ К НАУЧНОМУ ПРОРЫВУ.

Хотя отец и удивил меня своим вопросом, подвергая сомнению роль бессознательных мыслей и чувств, я видел, что в этом есть смысл. Прежде чем принимать концепцию бессознательного, нужно было найти ей доказательства. Но здесь сразу же возникал другой вопрос: что может служить доказательством, если речь идет о таких невидимых и неизмеримых вещах, как мысли и чувства. Наука далеко продвинулась в области изучения материального мира. Но ведь все мы знаем о нематериальной составляющей этого мира, например мыслях и эмоциях. Эти нефизические явления – такая же его часть, как физические объекты вроде стульев или камней. И так же, как мы получаем данные о физических объектах, ученые могут наблюдать и собирать информацию об этих нематериальных вещах.

Вообще-то, научное исследование явлений, которые невозможно наблюдать непосредственно, имеет длинную историю. Это касается не только эмоций, но и субатомных частиц. Мы не можем непосредственно наблюдать эмоции, к примеру любовь, гнев или страх. Но мы можем изучать их опосредованно, видя, как они влияют на наши слова, поведение, общие реакции организма. Когда мы испытываем гнев – эмоцию, нечто нематериальное, – наша речь часто становится громкой и резкой, у нас появляются морщины между бровей, поднимается давление, мы можем швырнуть что-либо на стол или на пол... Наблюдая за такими действиями, другие люди могут понять, что мы злы.

Подобным образом физики не наблюдают непосредственно некоторые субатомные частицы. Они слишком малы и неустойчивы, чтобы их обнаружить. Однако в 1960 году физик Дональд Глазер получил Нобелевскую премию, изучая их опосредованно. Он показал, что при выстреле крошечной недолговечной частицей в пузырьковую камеру – сосуд, наполненный жидкостью, например жидким водородом, – мы можем увидеть след из пузырьков, оставленный этой частицей. Изучая этот след, мы можем узнать о самой частице очень многое.

Именно следование научной традиции опираться на факты и открыло мне ограниченность того мировоззрения, которому меня учили прежде. Множество вещей в мире не могли быть точно описаны в терминах физических сил или частиц, и тем не менее они существовали. И прятаться от них лишь потому, что их трудно объяснить, казалось мне не очень-то по-научному. То, что никак не вписывалось в мою картину мира, манило меня на поиски. Я жаждал понять такие вещи, а не просто махнуть на них рукой. Способность признать то, что сложно измерить, вместо того чтобы отрицать его существование, – это не значит отвергать науку. Это и есть – *следовать* науке.

Частью моей стажировки в качестве психиатра было лечение нескольких пациентов, которые полагали, что могут читать мысли. Как и многие другие психиатры, я считал, что такие идеи основываются на самообмане и смешении фантазий с реальностью. Но имелись ли у

нас факты, подтверждающие такой взгляд? Откуда нам было известно, что убежденность этих людей в своих способностях читать мысли говорит нам о психическом расстройстве, а не о том, что это и правда так? Разумеется, как ученый я не мог просто поверить их словам без всякой проверки. Но в той же мере я не мог, не разобравшись, называть их утверждения бредом. Я решил, что как согласиться с представлениями таких пациентов, так и отрицать их без фактического обоснования будет одинаково вредно в смысле терапии, и к тому же это идет вразрез с научными принципами. Поэтому я разработал контролируемый эксперимент, который провел вместе с моими коллегами по стажировке, чтобы проверить, не могут ли мои пациенты *на самом деле* читать мысли.

Я чувствовал себя не слишком уверенно, рискнув провести такое исследование. Как ученый я хотел проверить, можно ли найти факты, подтверждающие рассказы моих пациентов. Но как психиатр я должен был, в числе прочего, убедить пациентов отказаться от своих бредовых идей и вернуться в реальность. Если идеи моих пациентов окажутся заблуждениями, не усилятся ли они оттого, что я сперва принял их всерьез?

Я пытался оценить, перевешивает ли потенциальная польза от такого исследования потенциальную угрозу для пациентов. Поэтому я обсудил планируемый эксперимент с врачами и медсестрами психиатрического отделения, признавшись им, что сомневаюсь в целесообразности и боюсь, как бы не укрепить пациентов в их бредовых идеях, если я покажу, что отнесся серьезно к их необычным убеждениям. К моему удивлению, и персонал, и директор отделения сочли эксперимент многообещающим и сошлись во мнении, что в обстановке больницы он достаточно безопасен, и мы сможем справиться с ухудшением состояния пациентов, если таковое возникнет. С благословения коллег я решился. Двое других стажеров вызвались поочередно быть «отправителями», то есть теми, чьи мысли попытаются прочесть.

Пациенты по одному входили в мой кабинет и несколько минут расслаблялись, откинувшись на спинку кресла. Когда они чувствовали, что готовы, им нужно было записать на диктофон описание тех картин или мыслей, которые к ним поступили. «Отправитель» в это время находился в соседнем кабинете, сосредоточившись на случайно выбранной картинке из журнала – изображении спокойной, пугающей, агрессивной, смешной или эротической сцены. Спустя пять минут я входил в кабинет и предлагал пациентам конверт с пятью журнальными картинками. Участники ранжировали изображения по степени близости к тому, что они уловили при «чтении». После чего я говорил им, какую из картинок рассматривал «отправитель», и мы некоторое время обсуждали опыт.

Эксперимент подтвердил наши с коллегами ожидания. Никто из участников не смог доказать на деле, что прочел мысли «отправителя». Ничто не указывало на то, что их убежденность в способности читать мысли основывалась на реальных обстоятельствах. Но исследование привело еще к одному результату, о котором я и не предполагал. По окончании эксперимента я спрашивал каждого из пациентов, что они чувствуют по этому поводу. К моему удивлению, все они сказали, что с удовольствием участвовали в опыте, а главное, что стали больше доверять персоналу клиники, потому что мы так внимательно отнеслись к их рассказам и захотели их проверить. Более того, один из пациентов признался, что, когда ему не удалось прочесть мысли «отправителя», он даже засомневался в других своих иррациональных идеях и почувствовал, что может лучше отличить фантазии от реальности. Его лечащий врач, со своей стороны, подтвердил, что во время участия в эксперименте этому пациенту стало значительно лучше. И ни у одного из пациентов не наблюдалось усиления расстройства в связи с исследованием.

Когда я проводил этот эксперимент, ко мне вновь вернулось то самое волнение, как тогда в Мистери-хилл, когда я лежал на «жертвенной» плите. Я собрал данные, чтобы проверить гипотезу, с которой большинство моих коллег не стали бы и возиться. Гипотезу, которая, хотя и не подтвердилась, потенциально могла изменить все наши представления о психических

расстройствах. Тот факт, что никто из пациентов не сумел прочесть мысли, соответствовал нашим ожиданиям. Однако меня будоражил не он. Я воодушевился возможностью использовать научный метод для проверки провокационной идеи. Процесс для меня был важнее ответа. Впоследствии результаты этого эксперимента были опубликованы в одном из крупных медицинских журналов¹² и моя статья получила национальную премию Уильяма Меннингера как лучший научно-исследовательский отчет года в области неврологии, психиатрии или нейрохирургии, написанный стажером.



Мы не можем наблюдать эмоции, к примеру любовь. Но мы можем изучать их опосредованно, видя, как они влияют на нас.

Все это произошло за несколько лет до того, как я впервые повстречался с Рэймондом Моуди и услышал об околосмертных переживаниях. В том году, когда Рэймонд пришел в Университет Вирджинии на стажировку по психиатрии, я только-только начал преподавать по соответствующей специальности. Он проводил свое первое клиническое исследование в отделении неотложной помощи как раз там, где я курировал всех стажеров. Я слышал, что Рэймонд раньше преподавал философию и что, еще будучи студентом медицинского университета, он написал книгу¹³. Правда, я не знал, что это была за книга. Однажды, когда в приемном выдалась свободная минутка, мы разговорились. Он рассказал мне, что его работа называется «Жизнь после жизни» и что в ней он ввел термин «околосмертные переживания» для обозначения необычных явлений, происходящих с некоторыми людьми на пороге смерти. Пока он говорил, мне становилось все более ясно, что описанное им в книге имеет отношение к тому, что происходило здесь несколько лет назад, к Генри, который думал, что встретил покойных родителей, и к Холли, которая, физически находясь в другой комнате без сознания, видела, как я разговариваю с ее соседкой. В рассказах Холли и Генри присутствовали, по меньшей мере, некоторые из тех черт, которые, как обнаружил Рэймонд, были характерны для околосмертных переживаний. Возможно, они могли бы рассказать и о других признаках, но тогда я сам не знал о них, чтобы спросить. Для меня открытием было уже то, что другие врачи тоже сталкивались с этим феноменом и даже дали ему имя. Чувство было такое, словно кто-то повернул ключ в замке прежде запертой двери.

Когда я только пришел в Университет Вирджинии, я знал об отделе перцептивных исследований, научно-исследовательском подразделении, которое основал ныне покойный Ян Стивенсон, заведующий кафедрой психиатрии. Несколько десятилетий Ян собирал и анализировал данные о необъяснимых явлениях, подобных тем, что описал Рэймонд в своей книге. Ян, конечно, еще не называл их околосмертными переживаниями, первым, кто использовал этот термин, был Рэймонд. Но Ян ввел свою категоризацию и делил их на «внетелесные переживания», «предсмертные видения» и «фантомы».

Я познакомил Рэймонда с Яном, и мы втроем обсуждали, как можно исследовать подобные явления научными методами. Рэймонду каждую неделю приходило огромное количество писем, и когда я начал помогать ему с ними, я обнаружил, что все они были похожи. Почти

¹² «Впоследствии результаты этого эксперимента были опубликованы в одном из крупных медицинских журналов...» – Bruce Greyson, «Telepathy in Mental Illness: Deluge or Delusion?», *Journal of Nervous and Mental Disease* 165(3) (1977), 184–200. («Телепатия у людей с психическими расстройствами: откровение или бред?»)

¹³ «... еще будучи студентом медицинского университета, он написал книгу...» – Моуди Р. *Жизнь после жизни*. Свет вдали. М., София, 2009

в каждом письме люди сообщали, что поражены, узнав, что они не одиноки, и благодарили Рэймонда за подтверждение, что они не сошли с ума.

Когда «Жизнь после жизни» была переиздана крупным нью-йоркским издательством, она вызвала огромный резонанс: в течение нескольких лет после этого Рэймонду писали врачи, медсестры, соработники, исследователи, заинтересованные в изучении данного феномена. Он предлагал им всем встретиться в университете. В результате тех встреч четверо из нас – психолог Кеннет Ринг, кардиолог Майкл Сэйбом, социолог Джон Одит и я – объединились, чтобы основать Международную ассоциацию исследования околосмертных переживаний (IANDS) и способствовать дальнейшему изучению явления. Говоря с людьми, испытавшими подобное, наблюдая последующее влияние такого опыта на жизнь людей, встречая других исследователей, которые тоже остались равнодушны к феномену околосмертных переживаний, я чувствовал, что загорелся этой идеей всерьез. Околосмертные переживания представлялись мне закономерным пересечением моих интересов – необъяснимые явления, требующие разгадки, с одной стороны, близкий контакт со смертью, который был сутью моей работы в отделении неотложной помощи, – с другой. Тема околосмертных переживаний соединила в себе медицину, изучение сознания и азарт возможных научных открытий, который жил во мне с детства. Все эти факторы сошлись в одной точке и определили направление моей карьеры.

В своих попытках добраться до сути околосмертных переживаний я путешествовал из больницы в больницу, из штата в штат, из одного университета в другой. В поисках ответа я многие годы изучал пациентов, оказавшихся при смерти вследствие остановки сердца, болезни, несчастного случая, попытки суицида, боевых действий и осложнений при родах или операциях. Почти у половины из этих людей мы наблюдали прекращение сердцебиения, сильное падение кровяного давления, остановку дыхания или даже констатировали смерть. За эти годы я совместно со многими коллегами опубликовал более сотни статей в рецензируемых медицинских журналах, описывая результаты наших исследований.

Помимо работы с пациентами отделения я установил контакт более чем с тысячей человек, которые рассказывали мне о своем околосмертном опыте. Переживания, которые они описывали, были очень схожи с рассказами пациентов клиники. Я начал собирать эти истории, надеясь, что когда-нибудь их наберется достаточно, чтобы обнаружить закономерности. И впоследствии эти закономерности помогли мне лучше понять, что таит в себе феномен околосмертных переживаний.

Глава 2

Вне времени



Когда Билл Харнланд, двадцатитрехлетний пожарный из аварийно-спасательной бригады ВВС США, остановил свою машину у хвоста горящего самолета, пламя было уже более шестидесяти метров высотой. Первый взрыв сбил его с ног. Но он не был ранен, поэтому вскочил на ноги и продолжал бороться с огнем. Второй взрыв оказался гораздо мощнее первого. Огненная вспышка швырнула в Билла обломки металла и куски горящих проводов и отбросила его прямо на пожарную машину. Он почувствовал боль в голове и груди, ощутил вкус крови во рту, он не мог дышать. Билл потерял сознание прежде, чем упал на землю.

За этим последовало яркое околосмертное переживание. (Хотя Рэймонд Моуди на тот момент еще не ввел этот термин в обиход.) Когда Биллу стало лучше и он попытался поделиться со своим врачом тем, что видел, его направили к психиатру. С тех пор Билл держал свою историю при себе, пока спустя двадцать лет не узнал, что в его городе работает группа поддержки под эгидой Международной ассоциации исследования околосмертных переживаний. Там он узнал о том, что я интересуюсь данным феноменом, и написал мне в Коннектикутский университет, где я в то время заведовал психиатрическим отделением.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.