

Uniwersytet Warszawski  
Wydział Polonistyki

Dominika Krokowska  
Nr albumu: 263667

# Doświadczenia poza ciałem w kulturze

Praca magisterska  
na kierunku kulturoznawstwo – wiedza o kulturze

Praca wykonana pod kierunkiem  
Prof. Anny Mikołajko  
Instytut Kultury Polskiej  
Zakład Kultury Współczesnej

Warszawa, listopad 2014

*Oświadczenie kierującego pracą*

Oświadczam, że niniejsza praca została przygotowana pod moim kierunkiem i stwierdzam, że spełnia ona warunki do przedstawienia jej w postępowaniu o nadanie tytułu zawodowego.

Data

Podpis kierującego pracą

*Oświadczenie autora (autorów) pracy*

Świadom odpowiedzialności prawnej oświadczam, że niniejsza praca dyplomowa została napisana przez mnie samodzielnie i nie zawiera treści uzyskanych w sposób niezgodny z obowiązującymi przepisami.

Oświadczam również, że przedstawiona praca nie była wcześniej przedmiotem procedur związanych z uzyskaniem tytułu zawodowego w wyższej uczelni.

Oświadczam ponadto, że niniejsza wersja pracy jest identyczna z załączoną wersją elektroniczną.

Data

Podpis autora (autorów) pracy

## **Streszczenie**

Praca ta podejmuje temat doświadczeń poza ciałem rozumianych jako emanacja swoistego rodzaju treści kultury. Zbierając opinie różnych autorów – zarówno uznanych filozofów, jak i nieprofesjonalnych badaczy zajmujących się opisywanym zjawiskiem – wykazuję, że odniesienia do OOBЕ można odnaleźć w różnych dyskursach i na różnych szczeblach kultury. Staram się też pokazać, że zjawisko eksterioryzacji może być opisywane z wykorzystaniem różnych dziedzin nauki, a w jego badanie można włączyć różnorodne metody, m.in. z zakresu fizyki, fotografii, akustyki czy nawet neurochemii. Skupiłam się więc na wyodrębnieniu zależności między eksterioryzacją a psychologią, filozofią, religią, ezoteryką, magią i dziełami kultury, zwłaszcza kinem i literaturą beletrystyczną. Z przeprowadzonej przeze mnie analizy wynika, że idea eksterioryzacji może być potraktowana jako projekt kulturowy mający polegać na przekraczaniu perspektywy postrzegania i oparty na założeniu, że postrzeganie czegoś jako energii lub jako materii zależy jedynie od sposobu prowadzenia informacji, a zatem jest określone kulturowo.

## **Słowa kluczowe**

eksterioryzacja, biegunowość, hologram, sobowtór, świadomość, forma, kultura, śnienie, ciało eteryczne, ciało fizyczne

## **Tytuł pracy w języku angielskim**

Out of Body Experiences in the Culture

## **Dziedzina pracy (kody wg programu Socrates-Erasmus)**

14.7 kulturoznawstwo

## Spis treści

<b>Wstęp</b> .....	6
<b>Rozdział 1</b> .....	
<b>Ciało fizyczne – czy jedyne?</b> .....	9
1.1. „Ja rozczłonkowane”. Kontekst społeczny jako twórca iluzorycznej istoty scalonej ..	9
1.2. „Jak na górze – tak i na dole” .....	14
1.3. Holograficzna koncepcja wszechświata i mózgu .....	17
<b>Rozdział 2</b> .....	
<b>OOBE, bilokacja i sobowtór eteryczny – przekazy i próby interpretacji</b> .....	25
2.1. Nazewnictwo, historia, definicje .....	25
2.2. Doświadczenia poza ciałem. Rodzaje i przykłady przekazów .....	32
2.2.1. Opisy eksponujące świadomość .....	34
2.2.2. Opisy eksponujące formę.....	47
2.2.3. Inne opisy doświadczeń poza ciałem.....	52
2.3. Funkcje przypisywane ciału eterycznemu .....	55
2.4. Warunki uznawane za konieczne do występowania i osiągnięcia OOBE.....	56
2.4.1. Świadome sny, Śnienie .....	62
2.4.2. Substancje psychoaktywne .....	69
2.4.3. Wpływ dźwięków na świadomość – muzyka relaksacyjna, autohipnoza i techniki wykorzystujące dudnienia różnicowe .....	71
2.5. Szyszynka i DMT .....	76
2.6.4. Związki ciała eterycznego z ciałem fizycznym – spekulacje i hipotezy .....	82
2.6.1. Sugestie zagrożeń związanych z praktykowaniem OOBE .....	84
<b>Rozdział 3</b> .....	
<b>OOBE – prawdziwe zjawisko czy złudzenie? Odniesienia do filozofii, psychologii, religii, ezoteryki, magii i dzieł kultury</b> .....	87
3.1. OOBE a psychologia, filozofia i religia.....	87
3.2. OOBE a spirytyzm.....	91
3.3. Przewodnicy duchowi, demony i inne istoty astralne.....	95
3.4. OOBE a ezoteryka i magia .....	100
3.5. Poszukiwanie dowodów na istnienie OOBE .....	105

3.5.1. Fotografie ciał eterycznych .....	110
3.6. Czym jest OOBE? Teorie.....	113
3.7. OOBE w dziełach kultury .....	117
3.7.1. Film .....	117
3.6.2. Literatura .....	123
<b>Zakończenie</b> .....	127
<b>Bibliografia</b> .....	129



## Wstęp

Praca ta poświęcona jest szeroko dyskutowanemu (a często uznawanemu za kontrowersyjnie) zjawisku eksterioryzacji, czyli doświadczeniu poza ciałem, zwanym OOB lub OBE (ang. *Out of Body Experience*). Postaram się wykazać, że można traktować je jako projekt kulturowy o dużym potencjale, realizujący paradygmat posthumanistyczny i z powodzeniem wpisujący się we współczesność.

Rozdział pierwszy poświęcę roli kultury i kontekstu społecznego w kształtowaniu obrazu konkretnych jednostek. Posiłkując się m.in. teorią stadium lustra Jacquesa Lacana, spróbuję wykazać, że człowiek to *ja* w pewnym sensie „rozcłonkowane”, niejednolite. Materialny obraz jednostki ludzkiej jako istoty scalonej jest według tego poglądu iluzyjny, forma cielesna została stworzona przez świadomość jedynie na potrzeby funkcjonowania w kulturze, a źródłem i generatorem każdego istnienia jest myśl, wyobrażenie. W rozdziale tym odniosę się też do *Kybalionu* – hermetycznego dzieła, zakładającego, iż wszystko jest umysłem – a także do zasady odpowiedniości człowieka (mikrokosmosu) i wszechświata (makrokosmosu). Ważne tu będzie również podkreślenie założenia, że postrzeganie czegoś jako energii lub jako materii zależy jedynie od sposobu prowadzenia informacji, a zatem jest określone kulturowo. W tym rozdziale nawiążę również do teorii wszechświata (teoria Davida Bohma) i ludzkiego mózgu (teoria Karla Pribrama) jako hologramów.

W rozdziale drugim chciałabym przytoczyć definicje pojęć eksterioryzacji, bilokacji i sobowtóra eterycznego obecne w literaturze przedmiotu, a także dokonać ich porównawczej analizy. Spróbuję również przyjrzeć się genezie tych zjawisk, określić czas historyczny, w którym wzmianki o nich pojawiały się po raz pierwszy, oraz przybliżyć ich zróżnicowane nazewnictwo, obecne w wielu odmiennych kulturach. Rozdział ten będzie zawierał także przedstawienie opinii różnych badaczy na temat statusu zjawiska OOB, a ponadto dokonane przeze mnie podziały doświadczeń poza ciałem: pod względem stanu świadomości osób doświadczających wrażenia „opuszczania ciała”, formy wydzielanego sobowtóra eterycznego i celowości eksterioryzacji. Klasyfikacje te zostaną poparte wieloma przykładami. Podejmę też próbę wyodrębnienia cech charakterystycznych przypisywanych OOB – takich jak możliwość przenikania przez materię, charakter miejsc, do których udają się

podróżnicy, odległość, na jaką „opuszczają” ciało; przyjrę się również opisywanym sposobom poruszania się sobowtórów eterycznych i zbieżnym odczuciom adeptów OOBÉ podczas tych podróży, a także przeanalizuję podstawowe funkcje ciała eterycznego wyodrębniane przez różnych autorów. Spróbuję też, na podstawie zebranej literatury, ustalić, jakie warunki muszą zostać spełnione, aby miała miejsce hipotetyczna eksterioryzacja, oraz zestawie metody stosowane przez podróżników w celu wywołania OOBÉ. Postaram się również szczegółowo przeanalizować zjawisko świadomego snu i określić jego związek z eksterioryzacją. Podejmę temat substancji psychoaktywnych, mogących – według szeregu źródeł – wywoływać OOBÉ, a także specjalnie wygenerowanych dźwięków i ich wpływu na świadomość. Przyjrę się bliżej również kwestii roli szyszynki i wytwarzanego przez nią związku chemicznego – DMT w generowaniu doznań pozacielesnych oraz przedstawię opinie na temat tej zależności obecne w różnych dyskursach. Rozdział ten będzie zawierał też próbę określenia związku, jaki w dyskursach tych zachodzi między ciałem fizycznym a ciałem eterycznym, a także analizę opinii na temat zagrożeń wynikających z praktykowania OOBÉ, obecnych w wypowiedziach wielu autorów.

W rozdziale trzecim zajmę się odniesieniami do eksterioryzacji, które można odnaleźć w filozofii, psychologii i religii. W tym kontekście poruszę m.in. zagadnienia duszy i jungowskiej figury cienia w nawiązaniu do eksterioryzacji, a także spróbuję przedstawić pewne zależności między OOBÉ a spirytyzmem. Skupię się na kwestii przewodników duchowych/doradców oraz nieprzyjaznych istot, które często pojawiają się w relacjach osób deklarujących praktykowanie OOBÉ. Wyodrębnię zależności między eksterioryzacją a pewnymi systemami ezoterycznymi, takimi jak teozofia i antropozofia, oraz praktykami magicznymi: magią Aleistera Crowleya, starożytną toltecką magią powszechną wśród Indian z Meksyku, opisywaną przez Carlosa Castanedę, oraz magią chaosu. W tym rozdziale zajmę się też zebraniem i krytyczną analizą dowodów na istnienie zjawiska OOBÉ, podawanych przez rozmaitych autorów, takich jak: Ian Currie, Krzysztof Boruń, Roman Bugaj, Przemysław Grzybowski i Richard Bessière, ze szczególnym zwróceniem uwagi na fotografie ciał eterycznych. Przyjrę się też teoriom na temat zjawiska OOBÉ funkcjonującym w różnych dyskursach (neuropsychiatrycznym, psychologicznym, socjologicznym) i spróbuję określić zakres oraz powszechność jego występowania. Ostatni rozdział pracy będzie traktował także o inspiracjach zjawiskiem OOBÉ w dziełach kultury – kinie i literaturze beletrystycznej.



Zadaniem, które postawiłam sobie w niniejszych rozważaniach, jest rzetelny opis poglądów związanych ze zjawiskami OOBE, a także naświetlenie ich obecności w różnych sferach kultury i współzależności z wieloma jej aspektami. Posiłkując się publikacjami z różnorodnych dyskursów naukowych i paronaukowych, spróbuję dowieść, że odniesienia do OOBE są od wieków szeroko obecne w kulturze, a samo zjawisko stanowi silną inspirację dla artystów, zatem również wpływa na kulturę. Postaram się wykazać, że eksterioryzacja świadomości (projektowanej jako ciało), postrzegana jako pewien projekt kulturowy, może mieć duży potencjał także dla zwyczajnych ludzi poszukujących własnego *ja*.

# Rozdział 1

## Ciało fizyczne – czy jedyne?

### 1.1. „Ja rozczłonkowane”. Kontekst społeczny jako twórca iluzorycznej istoty scalonej

Rozważania rozpocznę od przytoczenia koncepcji „stadium lustra” Jacquesa Lacana, według której człowiek zyskuje tożsamość w chwili zetknięcia się po raz pierwszy ze swoim lustrzanym odbiciem. Obraz w lustrze objawia się dziecku jako „totalna forma ciała zawierająca w sobie tak bardzo przezeń upragnioną ideę jedności siebie”<sup>1</sup>. Ta forma staje się pierwszym idealnym odzwierciedleniem tożsamości, ale – zgodnie z tą tezą – jest tylko obrazem odbieranym przez ludzki mózg. Objawia się w takiej postaci, w jakiej widzą daną jednostkę inni, stanowi odbicie, które w pewien sposób pozwala ustosunkować się jej do samej siebie. To, co jest istotą, stale pozostaje nieuchwytnie, całkowicie niematerialne.

Lacan uważa też, że człowiek „w swym najwcześniejszym okresie nie jest w stanie skutecznie przeciwstawić się – napierającemu nań z zewnątrz – środowisku przyrodniczemu, określić się wobec niego jako byt autonomiczny i samodzielny”<sup>2</sup>. Filozof twierdzi również, iż lustrzane odbicie stanowi idealną iluzję, punkt orientacyjny<sup>3</sup>. Być może zatem istota ludzka to tak naprawdę bezkształtna, abstrakcyjna świadomość, a ciało jest tworzone w jej umyśle jedynie na potrzeby funkcjonowania w świecie. W lustrze widzi pewnego rodzaju prototyp siebie, coś, co pozwala umysłowi okiełznać chaos prawdziwej ludzkiej natury. Według tej koncepcji ciało to „ocalenie”<sup>4</sup>, a więc zapewnienie samego siebie o własnym istnieniu. Jest ono według Lacana czymś wtórnie skonstruowanym przez świadomość, pewnego rodzaju wyobrażeniem, a więc cieniem tego, co prawdziwe. Cień stanowi efekt odbicia, skutek padania światła pod odpowiednim kątem, podobnie jak ciało, które po raz pierwszy zostaje zarejestrowane

---

<sup>1</sup> P. Dybel, *Ocalenie w lustrze. O wczesnej koncepcji „stadium lustra” Jacquesa Lacana* [w:] *Urwane ścieżki: Przybyszewski, Freud, Lacan*, Kraków 2000, s. 227.

<sup>2</sup> Ibidem, s. 228.

<sup>3</sup> Ibidem, s. 229.

<sup>4</sup> Ibidem, s. 236.

przez umysł, a więc po raz pierwszy objawia się świadomości, pod wpływem lustrzanego obrazu – odbicia rzeczywistości. Jest obrazem, a zatem wizerunkiem stworzonym sztucznie. Właśnie przez nieuchwytność własnej tożsamości pozbawionej ciała człowiek jest, zdaniem badacza, „u swych podstaw pęknięty”<sup>6</sup>.

Jak twierdzi Lacan, interakcja z otoczeniem może rozpocząć się dopiero po uświadomieniu sobie swojej fizyczności. Rozczłonkowanie pozostaje jednak obecne w psychice ludzkiej, o czym świadczą „wymowne przypadki psychoz o charakterze paranoidalnym”<sup>7</sup>. Co ciekawe, według filozofa kultura również jest iluzją stworzoną przez ów iluzoryczny podmiot, będący lustrzanym odbiciem „rozcłonkowanego ja”. Zatem możliwe, że wszystko, co widzimy po drugiej stronie lustra, co postrzegamy za pomocą zmysłu wzroku, który również stanowi swego rodzaju lustro – jest iluzją. Jednak, paradoksalnie, z naszej perspektywy stajemy się realni właśnie wtedy, gdy oglądamy swoje oblicze w lustrze. Pociąga to za sobą relacyjność postrzegania świata – być może jest on wytworem naszej wyobraźni, podobnie jak my sami, a każde istnienie ma swoje źródło w świadomości. Inni postrzegają świat w analogiczny sposób, co może stać się podstawą uznania przez jednostkę autentyczności owego postrzegania.

Podobnie uważa Arnold Mindell – światowej sławy amerykański psychoterapeuta i psycholog. Stwierdza on, że „konceptja »rzeczywistości« jest koncepcją kulturową”<sup>9</sup>. Możliwe, iż owa rzeczywistość jest stworzona przez jednostkę dążącą do stworzenia pewnego punktu odniesienia dla własnej egzystencji. Posiłkując się powyższymi twierdzeniami, można skonkludować, że jednostka ta stanowi tylko jeden aspekt siebie samej, część większej całości, jeden człon większego „rozcłonkowanego ja”. Zdaje się, że tak wytworzona jednostka (na potrzeby kultury) jest również podzielona, na co mogą wskazywać słowa amerykańskiego psychologa Williama Jamesa: „człowiek posiada tyle *ja* społecznych, ilu jest ludzi, którzy go znają i którzy zachowali w swych umysłach jego obraz”<sup>10</sup>.

Ciekawy jest motyw zagrożenia, jakie to „rozcłonkowane ja” stanowi dla kultury. Kultura to bowiem, zdaniem Lacana, iluzoryczny wytwór równie iluzorycznych jednostek, pozornie w pełni ukształtowanych; każda prawda – a więc byt prawdziwy, pozbawiony – stworzonych zresztą przez kulturę – zakazów moralnych, jest

---

<sup>6</sup> Ibidem, s. 230.

<sup>7</sup> Ibidem, s. 236.

<sup>9</sup> A. Mindell, *Śnienie na jawie*, przeł. R. Palusiński, Katowice 2009, s. 63.

<sup>10</sup> *Ja i tożsamość*, pod red. A. Tessera, R. B. Felsona, J. M. Sulsa, Gdańsk 2004, s. 13.

dla niej czymś obcym i groźnym. Forma cielesna stanowi więc podstawę poczucia tożsamości, w tym celu zapewne została wytworzona przez świadomość.

Lacan przytacza także ciekawy rysunek przedstawiający dwa lustra odbijające obraz kwiatów w doniczce, które są ustawione odwrotnie. Obraz przetworzony przez ludzki umysł, a więc ten po drugiej stronie lustra, przedstawia kwiaty tak, jak zapewne spodziewalibyśmy się je zobaczyć. Obraz nieprzetworzony, ten sprzed „stadium lustra”, jest dla jednostki „nie do zniesienia, zagrażający jej istnieniu w świecie, dlatego [jednostka] dąży za wszelką cenę do jego przewyciężenia”<sup>11</sup>. W oparciu o powyższe stwierdzenia można wysunąć tezę, że człowiek sam tworzy sobie pewien kontekst, aby ocalić swoje *ja*, aby je do czegoś odnieść, ponieważ bez odniesienia do niczego – nie istnieje.

Co ciekawe, Lacan przedstawia również sytuację, w której występuje tylko jedno lustro, i stwierdza, że taki obraz świata jest właściwy postrzeganiu rzeczywistości przez zwierzęta. W tym przypadku „patrzący podmiot nie dostrzega żadnej różnicy między tym, co realne, i tym, co wyobrażone. [...] osobnik ten jest przyklejony do swojego libido, nie jest się w stanie wobec niego zdystansować”<sup>12</sup>. Obraz świata widziany przez człowieka różni się zatem według tej teorii od obrazu świata widzianego przez zwierzę. Człowiek nakłada na projektowaną przez swój umysł rzeczywistość dodatkową warstwę iluzji. Tę warstwę stanowią: kultura, kontekst społeczny i wszystko, co ze sobą niosą, a więc: nakazy i zakazy moralne, a także pozornie lepsze porozumienie dzięki zdolności mówienia. W rzeczywistości jednak dodatkowe lustro, dodatkowa warstwa iluzji, jeszcze bardziej separuje jednostkę od jej prawdziwej natury. Możliwe więc, że jest jakiś sens w folklorystycznym twierdzeniu, że zwierzęta i dzieci „widzą więcej”. Ich postrzeganie świata jest pozbawione kontekstu kulturowego, który tworzy się wraz z iluzoryczną tożsamością jednostki ludzkiej. Nawiązania do tej tezy pojawią się w dalszych częściach pracy.

Człowiek od chwili narodzin szuka kontekstu, pozwalającego mu wyodrębnić własne *ja*, przekonać samego siebie o swoim istnieniu. Pierwszym, który odnajduje, jest jego matka. „Zanim podmiot wykształci swój lustrzany obraz jako *ja*, zrazu utożsami (mylnie) siebie z ujrzanym pierwotnie w lustrze obrazem *innego*–matki”<sup>13</sup>. Ukazuje to, jak silna jest potrzeba określenia siebie, istnienie w odniesieniu do czegoś wydaje się

---

<sup>11</sup> P. Dybel, op. cit., s. 250.

<sup>12</sup> Ibidem, s. 251.

<sup>13</sup> Ibidem, s. 253.

bowiem tożsame z poczuciem istnienia w ogóle. Człowiek szuka siebie poza sobą. Oczekuje, że jego własny wizerunek jest rzeczywisty, ale nie ma bezpośredniego dostępu do przedmiotu, ponieważ postrzega perspektywicznie. Wiąże się to również z tranzytywnością wiedzy – czy jeśli wiemy, że ktoś coś wie, to wiemy to samo? Jeśli wiemy, że ludzie opisują nas w określony sposób, to czy naprawdę wiemy, że tak właśnie wyglądamy? Nawet lustro jest w tym przypadku tym *innym*, ponieważ nie jest nami samymi. Patrząc w lustro, odbieramy *ja* jako *innego*, patrzymy na nie z zewnątrz, tak jak patrzymy na innych ludzi. Nie jesteśmy w stanie zdobyć wiedzy o sobie samym, o własnym wizerunku, ponieważ – jak wspomniałam wcześniej – nie mamy dostępu do przedmiotu, nie jesteśmy w stanie spojrzeć sami na siebie. Świadczy to o naszym „wewnętrznym pęknięciu”, które stanowi pewien brak, sprawiający, że cały czas mamy irracjonalne poczucie pustki, ciągle za czymś tęsknimy. Zdaniem socjologa Jeana-Claude’a Kaufmanna „podmiot jest podzielony na fragmenty i nieustannie podejmuje wysiłek w celu zbudowania swej jedności”<sup>14</sup>.

Istotę tego braku próbuje wyjaśnić także Henri Bergson, który w swojej teorii poznania obok rozumu analitycznego podkreślał także ważną rolę intuicji. Co ciekawe, filozof ten był żywo zainteresowany parapsychologią, w 1913 roku stanął nawet na czele prestiżowej organizacji badającej zjawiska parapsychiczne – Towarzystwa Badań Psychiczych (Society for Psychical Research). Porównuje on operacje analizowania i syntezy dokonywane przez ludzkie oczy i mózg do sposobu działania aparatu kinematograficznego. Według badacza nie postrzegamy nigdy ruchu, mamy jedynie świadomość, że następują zmiany; to stanowi paradoks, ponieważ rzeczywistość jest właśnie ruchem. Nawet trzy podstawowe rodzaje przedstawiń (jakości – wyrażane przez przymiotniki, form lub istot – wyrażane przez rzeczowniki, czynności – wyrażane przez czasowniki) symbolizują w rzeczywistości stany, a nie ruch. Ciało zmienia formę w każdej chwili, a raczej nie ma formy, gdyż forma stanowi niezmiennosc, a rzeczywistość – ruch. Człowiek nigdy nie dostrzega zatem tego, co najistotniejsze – istoty swojego *ja*<sup>15</sup>.

Według socjologa Charlesa Hortona Cooleya „ludzie dowiadują się, kim tak naprawdę są, patrząc na siebie w sposób, w jaki widzą ich inni”<sup>16</sup>. Sądzę, że jednak wiedza ta jest im niedostępna, ponieważ – zwyczajnie – nie są wspomnianymi *innymi*.

---

<sup>14</sup> J.-C. Kaufmann, *Kiedy ja jest innym*, Warszawa 2013, s. 31.

<sup>15</sup> H. Bergson, *Kinematograficzny mechanizm myślenia i złudzenie mechanistyczne* [w:] idem, *Ewolucja twórcza*, przeł. F. Znaniecki, Kraków 2004, s. 24.

<sup>16</sup> *Ja i tożsamość*, op. cit., s. 13.

Wiedza jest czymś więcej niż przekonaniem. Trzeba być pewnym, żeby coś wiedzieć. A przecież nie możemy być pewni, że my to rzeczywiście my, ponieważ nie mamy narzędzia, które pozwoliłoby nam zdobyć tę wiedzę. Nie możemy przecież spojrzeć na siebie samych. Według Platona, który twierdził, iż rzeczywistość materialna jest jedynie odbiciem wiecznotrwałych, niezmiennych idei, „wiedza składa się z sądów prawdziwych, czyli sąd prawdziwy stanowi istotę wiedzy”<sup>17</sup>. Dalej filozof stwierdza: „Bywają sądy prawdziwe, wywołane wpływem sugestywnym – tych nie chcą rozważający [Teajtet i Sokrates] zaliczać do wiedzy”<sup>18</sup>. Przekonanie o własnej rzeczywistości, fizyczności *ja*, jako sąd wywołany wpływem sugestywnym (wpływ *innych*, sugestia, którą daje nam lustro) nie jest zatem w tym rozumieniu czymś zupełnie pewnym. Należy też wziąć pod uwagę fakt, że myśl nie jest ani prawdziwa, ani fałszywa, a świadomość *ja*, stworzona na podstawie świadomości jego fizycznego istnienia, powstaje w naszym umyśle, jest myślą, a więc nie może zostać uznana za wiedzę jako taką – wiedzę, która jest tożsama z prawdą.

Niejednorodność *ja* podkreśla Kaufmann: „*Ja* nie jest jednorodną, podporządkowaną jednej i niezmiennej myśli bryłą, dającą nam wszystkim poczucie pewności i prostą do kierowania. Przeciwnie, *ja* rozszczepia się na tysiące głębokich różnic, których rytm z trudem da się uchwycić”<sup>19</sup>. Badacz dodaje także, że *ja* „usilnie stara się wymyśleć siebie jako *innego*”<sup>20</sup>.

Wiedza o *ja* jest nam zatem niedostępna, co wynika z powyższych rozważań. Jak jednak twierdził Einstein: „Wyobraźnia jest ważniejsza od wiedzy, ponieważ wiedza jest ograniczona”<sup>21</sup>. Za dużym znaczeniem wyobraźni przemawia ponadto dewiza Kaufmanna, według której „bycie sobą [*le soi*] nie jest czymś, co posiada się samo przez się, jest toczącym się procesem, opartym na wyobrażeniu siebie”<sup>22</sup>.

Uważam, że przytoczone powyżej stwierdzenie jest kluczowe; wyobrażając sobie coś – siebie – powołujemy to tak naprawdę do życia, dysponujemy bezcenną siłą sprawczą. Źródła tej siły są przedmiotem dociekań wielu autorów. Przykładowo Arnold Mindell dokonuje podziału na „Wielkie JA” („właściwe, które jest całym otaczającym cię polem”) i małe „ja” (codzienne)<sup>23</sup>. Konkretyzuje swój wywód: „Zarówno ty, jak

---

<sup>17</sup> Platona *Teajtet*, przeł. W. Witwicki, Warszawa 1959, s. 186.

<sup>18</sup> Ibidem, s. 200.

<sup>19</sup> J.-C. Kaufmann, op. cit., s. 22.

<sup>20</sup> Ibidem, s.190.

<sup>21</sup> Cyt. za: <http://www.filozofia.traugutt.net/wprowadzenie,1,4.php> [dostęp: 18.03.2014].

<sup>22</sup> J.-C. Kaufmann, op. cit., s. 31.

<sup>23</sup> A. Mindell, op. cit., s. 48.

i postrzegane przez ciebie zdarzenia są częścią twojego »Wielkiego JA«<sup>24</sup>. Ten sposób myślenia zakłada, że człowiek jako jednostka funkcjonująca w społeczeństwie (szerzej – w świecie fizycznym) stanowi tylko część, figurę ukształtowaną na potrzeby kultury, upersonifikowany byt. W dalszej części pracy spróbuję zastanowić się m.in. nad tym, czym jest to „Wielkie JA”, generujące istnienie jednostki ludzkiej, gdzie w kulturze można znaleźć odniesienia do tego zjawiska, i jaki ma ono związek z eksterioryzacją.

## 1.2. „Jak na górze – tak i na dole”

*Kybalion* jest hermetycznym traktatem z 1908 roku autorstwa anonimowych osób, podpisanych jako Trzej Wtajemniczeni. Uważa się, że zawartość tej książki stanowi część nauk Hermesa Trismegistosa, jednak jest on postacią mityczną – w rzeczywistości nie istniał. Dzieło zawiera siedem praw, na których opiera się filozofia hermetyzmu.

Koncepcja świata przedstawiona w *Kybalionie* zakłada m.in. bardzo ważne prawo zgodności: „Tak jak na górze, tak i na dole; tak jak na dole, tak i na górze”<sup>25</sup>. Dalej znajdujemy rozwinięcie tej tezy: „Istnieją płaszczyzny wykraczające poza naszą wiedzę, lecz kiedy zastosujemy do nich prawo zgodności, to będziemy w stanie rozumieć wiele z tego, co inaczej pozostawałoby dla nas nieznanym. To prawo ma uniwersalne zastosowanie i manifestację na różnych płaszczyznach materialnego, mentalnego i duchowego Wszechświata. [...] Tak samo jak znajomość zasad geometrii pozwala człowiekowi na mierzenie odległych słońc i ich ruchów, nie ruszając się z obserwatorium, tak samo znajomość prawa zgodności pozwala człowiekowi inteligentnie wnioskować – od tego, co znane, do tego, co nieznanego”<sup>26</sup>. Od razu narzuca się tu analogia mikrokosmosu do makrokosmosu, zakładająca, że makrokosmos to „wielki Wszechświat, którego człowiek jest dokładnym wizerunkiem”<sup>27</sup>, a mikrokosmos to „człowiek jako dokładny wizerunek Wszechświata”<sup>28</sup>. Wszechświat stanowiłby tu zarówno wszystko, co nas otacza, jak i wspomniane wcześniej „Wielkie JA” – coś nieskończonego, a jednocześnie całościowego – istotę egzystencji. Na

<sup>24</sup> Ibidem, s. 86.

<sup>25</sup> [brak autora], *Kybalion. Studium hermetycznej filozofii starożytnego Egiptu i Grecji autorstwa Trzech Wtajemniczonych*, wyd. FranzBardon.pl, [b.m.] 2003, s. 8.

<sup>26</sup> Ibidem, s. 9.

<sup>27</sup> A. Crowley, *Magija w teorii i praktyce*, przeł. D. Misiuna, Kraków 1999, s. 147.

<sup>28</sup> Ibidem.

poparcie tej tezy należy przywołać kolejną zasadę przytoczoną w *Kybalionie*, zwaną prawem mentalizmu: „wszystko jest Umysłem, Wszechświat jest mentalny”<sup>29</sup>. Odwołując się ponownie do teorii stadium lustra Lacana, można byłoby stwierdzić, że prawdziwa natura ludzka, za którą nieustannie tęsknimy, jest wspomnianym Umysłem, stanowiącym „wszystko” i niedostępnym w pełni w normalnych, codziennych warunkach.

Zdaniem Jana Trąbki – doktora nauk medycznych, profesora zwyczajnego Collegium Medicum UJ, lekarza neurologa i filozofa – nie można radykalnie stwierdzić, że to, co widzimy w lustrze, jest tylko iluzją. Autor odróżnia rzeczywistość wirtualną (którą postrzegamy codziennie) od rzeczywistości ukrytej. Według niego „RW [rzeczywistość wirtualna] niesłusznie bywa traktowana jako rzeczywistość nierealna, ponieważ będąc oczywistością, aktualnością i namacalnym konkretem w zasięgu ręki, nie pochodzi, ani też nie opiera się na fałszu. Dostarcza sobą aż nadto przekonującego dowodu na prawdziwość istnienia, dysponując całą gamą właściwości fenomenologicznych”<sup>30</sup>. Jednak według definicji P. Haffnera RW to świat, który sami tworzymy<sup>31</sup>. Nierealność zanegowana przez Trąbkę nie wyklucza zatem wyobrażenia, o którym już była mowa wcześniej. Myśl nie może być ani prawdziwa, ani fałszywa, a to ona zdaje się tworzyć rzeczywistość. Bardzo podobny pogląd wyrażał Aleister Crowley, brytyjski okultysta i mistyk: „Wszechświat stanowi projekcję nas samych, obraz tak nierealny jak lustrzane odbicia naszych twarzy [...]. Lustro może się zniszczyć, zabrudzić, rozbić i w tej mierze nasze odbicie może mieć błędną symboliczną reprezentację”<sup>32</sup>. Później jednak Crowley zaznacza w przypisie do swojego wniosku, że nie należy interpretować tego tak, iż wszechświat jest czymś czysto subiektywnym, ale też „żadna z cech postrzeganych przedmiotów nie istnieje niezależnie od naszych zmysłów. [...] Nie możemy nawet określić znaczenia takich idei jak ruch oraz odróżnić czasu od przestrzeni, jeśli nie odniesiemy ich do pewnego obserwatora. [...] Można zatem stwierdzić, że znany nam wszechświat jest subiektywny, co nie zaprzecza jego obiektywności”<sup>33</sup>. Wszechświat, a także my sami – jako mikrokosmos – istniejemy zatem wskutek odniesienia do kontekstu, według tych teorii jesteśmy wyobrażeniem, które stało się realne. Tak jak realna stała się nasza

---

<sup>29</sup> [brak autora], *Kybalion. Studium hermetycznej filozofii starożytnego Egiptu i Grecji autorstwa Trzech Wtajemniczonych*, op. cit., s. 8.

<sup>30</sup> J. Trąbka, *Dusza mózgu*, Kraków 2000, s. 77.

<sup>31</sup> *Ibidem*, s. 78.

<sup>32</sup> A. Crowley, op. cit., s. 88.

<sup>33</sup> *Ibidem*, s. 88.



fizyczna postać, tak realne stają się być może nasze inne postacie, zakładając, że postać fizyczna jednostki ludzkiej jest tylko jedną z wielu postaci, funkcjonującą na jednym z wielu poziomów. Gdyby to przyjąć, wówczas to, co Jung nazywał *indywiduacją* (*psych.* „proces, w którym jednostka staje się świadoma swej niepowtarzalnej osobowości”<sup>34</sup>), można by uznać za wyodrębnianie się „małego ja” z „Wielkiego JA”. Idąc dalej za tym tokiem myślenia, w określonych stanach umysłu, osiągniętych przez ludzi, którzy sądzą, że potrafią pracować z energią, następowałaby może swego rodzaju *deindywiduacja*, a więc ponowne połączenie jednostki ludzkiej z całością, funkcjonującą niezmiennie na wszystkich płaszczyznach istnienia.

Twierdzenie „Tak jak na górze, tak i na dole; tak jak na dole, tak i na górze” mówi też o tym, że istnieje harmonia między trzema głównymi płaszczyznami, na których funkcjonuje Wszechświat, a więc Umysł. Filozofia hermetyczna zakłada, iż Wszechświat można podzielić na trzy główne klasy zjawisk, znane jako trzy główne płaszczyzny:

1. główna płaszczyzna fizyczna;
2. główna płaszczyzna mentalna;
3. główna płaszczyzna duchowa.

Jest to pewnego rodzaju skala, której najniższym punktem jest materia, a najwyższym – duch. Co więcej, „różne płaszczyzny przechodzą jedna w drugą, więc nie można dokonać wyraźnego i szybkiego rozgraniczenia pomiędzy wyższymi zjawiskami fizycznymi i niższymi mentalnymi; czy też pomiędzy wyższymi mentalnymi i niższymi duchowymi”<sup>35</sup>. Wynikałoby z tego, że wszystko – odpowiedniki indywidualnej jednostki ludzkiej na każdym z poziomów – istnieje równocześnie. W myśl tej koncepcji żyjemy zarówno na płaszczyźnie fizycznej, jak i duchowej, jesteśmy więc zarówno „Wielkim JA”, jak i „małym ja” w tym samym czasie. Zgodnie z kolejną zasadą – prawem biegunowości: „wszystko jest podwójne, wszystko ma bieguny” – mającą tłumaczyć paradoks: „przeciwieństwa są takie same, różnią się tylko stopniem”<sup>36</sup>, duchowa natura człowieka, zawierająca w sobie jednocześnie wszystko, co istnieje, jest drugim biegunem spolaryzowanej istoty ludzkiej. Pierwszym byłaby jej natura fizyczna, a między nimi najprawdopodobniej znajdowałoby się wiele innych

<sup>34</sup> <http://sjp.pwn.pl/slownik/2561472/indywiduacja> [dostęp: 25.03.2014].

<sup>35</sup> [brak autora], *Kybalion. Studium hermetycznej filozofii starożytnego Egiptu i Grecji autorstwa Trzech Wtajemniczonych*, op. cit., s. 28.

<sup>36</sup> *Ibidem*, s. 9.

plaszczyn. Można by wówczas rozważyć tezę, że wszystko stanowi energię, która jedynie zmienia częstotliwość – materia jest energią, ale o innej wibracji. Jak podaje także Joseph Murphy w swojej *Potędze podświadomości*: „każde wrażenie psychiczne przybiera postać materialną”<sup>37</sup>. Widzimy zatem, że nawet w tym popularnym dziele w duchu New Age znajdujemy powtórzenie uniwersalnej prawdy: „Jak na górze, tak i na dole”. Również Murphy przytacza podział na „Wielkie JA” i „małe ja”<sup>38</sup>, a także podaje ciekawą tezę, będącą niemal dokładną wykładnią kybalionowskiego prawa biegunowości: „Z jednej strony umysł Twój stanowi jedność. Z drugiej jednak strony umysł ludzki [...] pełni dwie zasadniczo odmienne funkcje, dzieląc się tym samym na dwa różne obszary o całkiem odrębnych, niepowtarzalnych właściwościach i siłach. [...] I tak rozróżnia się świadomość i podświadomość, umysł obiektywny i subiektywny, umysł czuwający i śpiący, jaźń płytką i głęboką, umysł swobodny i nieswobodny, męski i żeński oraz wiele innych”<sup>39</sup>.

### 1.3. Holograficzna koncepcja wszechświata i mózgu

Kwestia wielości identycznych jednostek i ich wzajemnego połączenia z resztą wszechświata (wspomnianym Umysłem, makrokosmosem) pojawia się także w dyskursie z zakresu fizyki. W 1982 roku na uniwersytecie w Paryżu zespół, którym kierował fizyk Alain Aspect, dokonał bardzo ważnego eksperymentu. Odkryto, że „w pewnych warunkach cząstki subatomowe, takie jak elektrony, są w stanie komunikować się ze sobą w natychmiastowy sposób, niezależnie od dzielącej je odległości. Nie ma znaczenia, czy są one oddalone od siebie o 10 metrów, czy też dzieli je dystans bilionów kilometrów. W jakiś sposób każda cząstka wydaje się zawsze wiedzieć, co robią inne cząstki”<sup>40</sup>. Zdaniem Davida Bohma – amerykańskiego naukowca zajmującego się fizyką kwantową i filozofią fizyki – odkrycie to wskazuje na fakt, iż nie istnieje rzeczywistość obiektywna. Wszechświat jest według naukowca hologramem (trójwymiarową fotografią wykonaną za pomocą lasera). „Aby uzyskać hologram, najpierw fotografowany obiekt jest zanurzony w świetle promieni lasera. Następnie druga wiązka promieni lasera zostaje odbita od pierwszej. W rezultacie

---

<sup>37</sup> J. Murphy, *Potęga podświadomości*, przeł. M. Kęcka, Warszawa 2006, s. 52.

<sup>38</sup> Ibidem, s. 38

<sup>39</sup> Ibidem, s. 24.

<sup>40</sup> [brak autora], *Holograficzny wszechświat*. Artykuł dostępny w internecie: <http://zenforest.wordpress.com/tag/holograficzny-wszechswiat/> [dostęp: 21.03.2014].

dochodzi do interferencji dwóch wiązek i ten obszar zostaje utrwalony na zdjęciu. Kiedy zdjęcie zostaje poddane oglądowi, jawi się ono jako pozbawiony znaczenia wir jasnych i ciemnych linii. Kiedy jednak uzyskane zdjęcie zostaje oświetlone przez jeszcze jedną wiązką promieni lasera, pojawia się trójwymiarowy obraz pierwotnego obiektu<sup>41</sup>. Co ciekawe, „jeżeli hologram róży zostanie podzielony na połowę, a następnie oświetlony przez laser, każda połowa będzie jednak zawierać w sobie całościowy obraz róży. Ponadto, jeżeli te połówki obrazu zostaną znów podzielone, każda część będzie zawierała mniejszą, lecz dokładną wersję pierwotnego obrazu. Odmienne niż normalne zdjęcia, każda część hologramu zawiera wszystkie informacje dotyczące całości<sup>42</sup>. Ta cecha uwidacznia się również wyraźnie, gdy tniemy na kawałki namagnesowany żelazny pręt. Jest to tzw. domena pola magnetycznego. Jak stwierdza Richard Bessière – historyk, specjalista w zakresie zjawisk paranormalnych – „najdziwniejsze faktycznie jest to, że każdy kawałek, podobnie jak cały pręt, również posiada swoje własne bieguny, północny i południowy<sup>43</sup>. Badacz podaje jeszcze inny, niezwykle prozaiczny przykład: „gdy podczas sadzonkowania włożymy do ziemi fragment gałązki, to ona z kolei wypuści z jednej strony korzenie, a z drugiej liście<sup>44</sup>. Te wnioski dały mu podstawę do rozważania możliwości istnienia zasady swoistego „rozmnażania się” przez podział ciała subtelnego, analogicznej do podziału komórkowego<sup>45</sup>.

Teoria odbijania się w sobie i biegunowości wszelkich możliwych aspektów życia jest jeszcze wyraźniejsza, gdy odniesiemy ją do tezy postawionej przez Michaela Newtona – doktora doradztwa personalnego i dyplomowanego hipnoterapeuty, który stworzył własną technikę hipnozy w celu dotarcia do ukrytych wspomnień swoich pacjentów o ich życiu po śmierci. Autor w książce zatytułowanej *Przeznaczenie dusz* wyraża pogląd o dualizmie dusz i ich umiejętności dzielenia swojej energii, by móc jednocześnie żyć więcej niż jednym życiem. Zdaniem Michaela Newtona „cząstka energii większości dusz nigdy nie opuszcza świata dusz w czasie inkarnacji<sup>46</sup>. Według tej teorii jest zatem połączona ze Wszechświatem, a więc ze wszystkim, co istnieje, a także funkcjonuje na wielu poziomach. Michael Newton stwierdza również, iż

---

<sup>41</sup> Ibidem.

<sup>42</sup> Ibidem.

<sup>43</sup> R. Bessière, *Człowiek nadnaturalny. Kontakt z niewidzialnym*, przeł. A. Wróblewski, Warszawa 2009, s. 26.

<sup>44</sup> Ibidem.

<sup>45</sup> Ibidem.

<sup>46</sup> M. Newton, *Przeznaczenie dusz. Dalsze badania nad życiem pomiędzy wcieleniami*, t. 1, przeł. B. Górecka, Łódź 2003, s. 78.

„zdolność dusz do podziału esencji swojej energii wpływa na wiele aspektów ich życia. [...] Procent pozostawionej energii może być rozmaity, lecz każda cząsteczka światła stanowi dokładną kopię całej Jaźni i odzwierciedla jej pełną tożsamość. Zjawisko to jest analogiczne do sposobu, w jaki dzielą się i kopiują obrazy w hologramach. Istnieją jednak także różnice. Jeśli w świecie dusz pozostanie jedynie niewielki procent energii duszy, ta cząsteczka Jaźni jest raczej uśpiona, wskutek mniejszej koncentracji. Ponieważ jednak energia ta znajduje się nadal w stanie czystym, posiada odpowiedni potencjał”<sup>47</sup>. Biorąc pod uwagę tę tezę, można stwierdzić, że percepcja pozazmysłowa i docieranie do poziomu źródła podziału hologramu są umożliwiające właśnie przez obecność energii danej jednostki ludzkiej gdzieś na innym poziomie.

Zjawisko zawierania przez każdą część hologramu wszystkich informacji dotyczących całości tłumaczy według Bohma teorię Aspecta. Zdaniem Bohma subatomowe cząstki mogą pozostawać ze sobą we wzajemnym kontakcie niezależnie od odległości właśnie dlatego, że na głębszym poziomie rzeczywistości nie są one odrębnymi jednostkami, lecz stanowią niepodzielną całość. Co ciekawe, ta niepodzielna całość zawiera się również w każdej z tych jednostek, jednocześnie zawierając w sobie wszystkie te jednostki<sup>48</sup>.

Zdaniem doktor Danuty Adamskiej-Rutkowskiej, zajmującej się inżynierią chemiczną i procesową, i doktor Danuty Dudzik materia substancjalna stanowi wynik oddziaływań różnych pól fizycznych. Jedyne sposob naszego postrzegania rzeczywistości nadaje im pozór realności, który obserwujemy na co dzień. Wskazują na to obrazy z urządzeń skanujących posługujących się zaawansowanymi technikami, takimi jak ultrasonografia (USG), funkcjonalny magnetyczny rezonans jądrowy (fMRI), tomografia komputerowa (CAT) czy pozytronowa tomografia emisyjna (PET). Nie przedstawiają one fotografii struktur materii substancjalnej, ale wizualizacje oddziaływań pól fizycznych, które odzwierciedlają bardziej zbliżoną do rzeczywistości postać obserwowanej materii, a one same są dla nas niewidzialne. Wynika z tego fakt, że „jedyną realną formą istnienia materii jest pole fizycznych oddziaływań”<sup>49</sup>, a odbieranie przez nas masy czy twardości materii jest tylko skutkiem tych

---

<sup>47</sup> Ibidem, s. 133.

<sup>48</sup> [brak autora], *Holograficzny wszechświat*, op. cit.

<sup>49</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, *Zagadkowa bilokacja*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.centrumrozwojuheurystyki.pl/?p=3786> [dostęp: 30.03.2014].

odziaływać<sup>50</sup>. Ponadto jedynie sposób prowadzenia obserwacji decyduje o tym, czy cząstki wchodzące w skład atomu obserwujemy w postaci cząstek czy fal. To bardzo ciekawe spostrzeżenie, odnotowane także przez doktor Serenę Roney-Dougal, która od ponad 20 lat zajmuje się badaniem magicznych i duchowych aspektów ludzkiej psychiki z naukowego punktu widzenia. Badaczka pisze: „Kiedy chcemy dowiedzieć się czegoś o elektronie, musimy wybierać między jego pędem (czyli prędkością) lub położeniem. Nie możemy poznać obu wielkości równocześnie, ponieważ postrzegamy elektron albo jako cząstkę, albo jako falę, jako materię lub jako energię. Nigdy nie dowiemy się wszystkiego o pojedynczej cząstce, możemy tylko skupić się na jednym jej aspekcie. [...] Elektron może objawiać się jako cząstka lub jako fala, jako materia i jako energia, a my określamy, jaką przyjmie formę, wybierając formę pomiaru”<sup>51</sup>. Jest to zasada nieoznaczoności Heisenberga, głosząca, że im bardziej staramy się poznać ruchy cząstek subatomowych, tym bardziej są one nieuchwytnie. W mechanice ruchu kwantowego już sam fakt skoncentrowania się na cząstce wystarczy, by go zakłócić, czyli jeśli obserwujemy cząstkę, zmieniamy ją. Według tej zasady przebiegają również procesy myślowe: „Uważa się powszechnie, że jeśli ktoś próbuje zaobserwować, co myśli w danym momencie o jakimś obiekcie, wprowadza nieprzewidywalne i niekontrolowane zmiany w późniejszy tok myślenia”<sup>52</sup>.

Zdaniem autorek artykułu zatytułowanego *Zagadkowa bilokacja*, opierających swoje wywody na przełomowych badaniach naukowych, obraz nas samych i naszego otoczenia odbieramy „wyłącznie dzięki wycinkowi spectrum promieniowania elektromagnetycznego, które nazywamy światłem widzialnym. W ciemności nie widzimy nic, ale światło, padając na obiekty znajdujące się w naszej rzeczywistości czasoprzestrzennej, ulega częściowo przez nie pochłonięciu, a częściowo odbiciu. Powoduje to, że światło widzialne, odbierane sumarycznie przez zmysł wzroku jako monochromatyczne (jednokolorowe), rozdziela się na cały szereg widm składowych o różnych częstotliwościach drgań. W rezultacie do naszego oka wpadają wypadkowe świetlnych fal interferencyjnych, a nasze struktury mózgowie dokonują obróbki pobranych sygnałów i przetwarzają je w projekcję kolorowego obrazu, który uznajemy

---

<sup>50</sup> Ibidem, cyt. za: B. Haisch, A. Rueda, H. E. Puthoff, *Beyond  $E=mc^2$ . A first glimpse of a postmodern physics, in which mass, inertia and gravity arise from underlying electromagnetic processes*, The Sciences, 26–31, November/December 1994

<sup>51</sup> S. Roney-Dougal, *Tam, gdzie nauka spotyka się z magią*, przeł. G. Gasparska, Warszawa 2003, s. 77.

<sup>52</sup> Ibidem, s. 76, cyt. za: D. Bohm, *Ukryty porządek*, przeł. M. Tempczyk, Warszawa 1988.

za obiektywny widok rzeczywistości”<sup>53</sup>. Percepcja wzrokowa okazuje się zatem wynikiem skomplikowanego procesu odczytywania i przetwarzania informacji na poziomie kwantowym. „Patrząc na coś, nie widzimy bowiem dwuwymiarowego obrazu padającego na siatkówkę oka, ale wirtualny obraz obiektu w trzech wymiarach »wyświetlany« tam, gdzie się on znajduje w świecie zewnętrznym”<sup>54</sup>. Zatem oglądany przez nas świat stanowi jedynie dokonaną przez umysł projekcję rzeczywistości.

Wiąże się to z teorią Karla Pribrama, neurofizjologa z Uniwersytetu Stanford, który pracował zupełnie niezależnie od wspomnianego wcześniej Davida Bohma i doszedł do wniosku, że naturę holograficzną ma także mózg. To wyjaśniałoby fakt, iż każda porcja informacji wydaje się natychmiast łączyć z wszystkimi pozostałymi informacjami, gdy ktoś pyta nas przykładowo o skojarzenie z danym pojęciem. Skojarzenia pojawiają się od razu, nie musimy od początku przegrzebywać pamięci mózgu. Pribram uważa, że mózg zawiera rodzaj soczewek oraz posługuje się zasadami holografii w celu przekształcenia otrzymywanych za pośrednictwem narządów zmysłów częstotliwości w to, co widzimy i uważamy za rzeczywistość.

Z syntezy poglądów Bohma i Pribrama wynika, iż rzeczywistość jest tylko jednym kanałem spośród wielu innych kanałów, które są zawarte w hologramie, a człowiek jest jedynie odbiorcą tej projekcji, co więcej – sam także jest projekcją. Ta synteza implikuje również drugą bardzo ważną kwestię. Otóż hologram, jako „całość zawarta w każdej części”, istnieje w każdej cząsteczce – wszystko jest połączone. Mamy zatem dostęp do każdej wiedzy, jesteśmy połączeni także z każdą inną jednostką, nie tylko z ludźmi, lecz także z roślinami, ze zwierzętami itd. Koncepcja holograficzna tłumaczyłaby takie zjawiska jak telepatia i jasnowidzenie, które byłyby efektem dotarcia do poziomu holograficznego. Zdaniem Krzysztofa Borunia zjawiska te można tłumaczyć jako skutek eksterioryzacji świadomości. Przytacza on następującą tezę: „być

---

<sup>53</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit., cyt. za: W. J. Schempp, *Quantum holography and neurocomputer architectures*, *Journal of Mathematical Imaging and Vision*, **2**, 279–326 (1992); P. J. Marcer, W. Schempp, *Model of the neuron working by quantum holography*, *Informatica*, **21**, 519–534 (1997); P. J. Marcer, W. Schempp, *The model of the prokaryote cell as an anticipatory system working by quantum holography*, *International Journal of Computing Anticipatory Systems*, **2**, 307–315 (1997); P. J. Marcer, W. Schempp, *The brain as a conscious system*, *International Journal of General Systems*, **27**(1–3), 231–248 (1998); S. R. Hamrtoff, *Ultimate computing: Biomolecular consciousness and nanotechnology*, Elsevier-North Holland, Amsterdam 1987; M. Jibu et al., *Quantum optical coherence in cytoskeletal microtubules: implications for brain function*, *Biosystems*, **32**, 95–209 (1994); E. Del Giudice, G. Preparata, G. Vitiello, *Water as a free electric dipole laser*, *Physical Review Letters*, **61**, 1085–1088 (1988); M. Jibu et al., *Quantum optical coherence in cytoskeletal microtubules: implications for brain function*, *BioSystems*, **32**, 95–209 (1994).

<sup>54</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit., cyt. za: K. H. Pribram, *Brain and perception: Holonomy and structure in figural processing*, Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale 1991.

może świadomość jednostkowa jest tylko elementem składowym powszechnego, wspólnego wszystkim istotom żywym pola informacyjnego”<sup>55</sup>. To wyjaśnienie przywołuje także doktor Roney-Dougal: „Mózg wykorzystuje proces holograficzny, aby czerpać z domeny holograficznej. [...] Zjawiska parapsychologiczne są tylko produktem ubocznym równoczesnej, wszechobecnej matrycy. Indywidualne mózgi są fragmentami znacznie większego hologramu”<sup>56</sup>.

Do bardzo podobnych wniosków, łączących się poniekąd z holograficzną matrycą, a więc wiedzą o wszystkim, dochodzi także Milan Ryzl, jeden z czołowych pionierów badań parapsychologicznych, wykładowca m.in. San Jose State University oraz University of California. Twierdzi on, iż każdy z nas dysponuje tzw. organem pp – postrzegania pozazmysłowego, czyli нефизыкальным odbiornikiem lub przekaźnikiem informacji. Tłumaczy tym takie zjawiska jak mediumizm i OOBЕ. Zdaniem Ryzla „przypuszczalnie [organ pp] jest połączony z ciałem w jakiś luźny sposób, dzięki czemu może przenieść informacje z powrotem do mózgu”<sup>57</sup>. Aby jednak postrzeganie pozazmysłowe stało się aktywne, należy osiągnąć szczególny stan umysłu. Jest to możliwe, ponieważ „neurony w mózgu znajdują się w tak zwanym kwantowym progu i w pewnych stanach świadomości pojawia się więcej synaps podatnych na zjawiska kwantowe”<sup>58</sup>.

Arnold Mindell z kolei przedstawia tezę, że istnieje rzeczywistość uzgodniona (codziennosc) i niezgodniona – „duchowy aspekt nas samych, z którym wchodzimy w kontakt niezwykle rzadko, np. podczas głębokiej medytacji, w stanach ekstatycznych lub bliskich śmierci”<sup>59</sup>. Ten szczególny stan umysłu, który miałby stanowić podstawę do wystąpienia takich zjawisk, jak: telepatia, jasnowidzenie i – co się z tym poniekąd wiąże – OOBЕ, zostanie szerzej opisany w dalszej części pracy.

Warto też wspomnieć o badaniach Stanisława Grofa – jednego z twórców psychologii transpersonalnej, który również twierdził, że człowiek ma dostęp do wszelkiej wiedzy o przeszłości, a także o przyszłości. Grof badał wpływ LSD na umysł ludzki i w tym celu przeprowadzał sesje psychodeliczne na swoich pacjentach z zastosowaniem tej substancji. Co ciekawe, zauważał on podobieństwa między

---

<sup>55</sup> K. Boruń, *Spór o duchy*, Warszawa 1992, s. 108.

<sup>56</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., cyt. za: K. Wilber, *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes*.

<sup>57</sup> M. Ryzl, *Śmierć i co potem. Z punktu widzenia parapsychologii*, przeł. M. Śnieciński, Wrocław 1996, s. 161.

<sup>58</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., s. 96–97.

<sup>59</sup> A. Mindell, op. cit., s. 290.

hologramią a doznaniem psychodelicznymi<sup>60</sup>. Zdaniem badacza pacjenci pod wpływem LSD zyskiwali nieograniczoną wiedzę. Mieli świadomość swoich poprzednich wcieleń, nawet wcieleń w zwierzęta, rośliny czy minerały. Osoby badane przez Grofa relacjonowały również wielokrotnie doświadczenia świadomości oceanu, świadomości substancji, takich jak: diament, granit czy złoto. Miał on również pacjentów, którzy – według niego – docierali do pewnego rodzaju nieświadomości zbiorowej. Osoby nieposiadające wykształcenia dawały np. szczegółowy opis zoroastryjskich rytuałów pogrzebowych, a także przytaczały sceny z hinduskiej mitologii. LSD, zdaniem badacza, aktywowało u nich postrzeganie pozazmysłowe, umożliwiało dostęp do źródeł hologramu. Grof twierdzi, że „istoty ludzkie mogą w pewnych warunkach funkcjonować również jako rozległe pola świadomości, które pokonują ograniczenia ciała fizycznego, newtonowskiego czasu i przestrzeni oraz liniowej przyczynowości”<sup>61</sup>. O wszechogarniającej Świadomości, dostępnej w określonych warunkach, pisze także Bruce Moen – inżynier, który zasłynął przede wszystkim jako badacz нефизycznej strony życia. Twierdzi on, że Ziemia, Księżyc, Słońce, gwiazdy, galaktyki, zwierzęta, rośliny, ludzie, jeziora, góry itd. stanowią „małe obszary świadomości w obrębie Świadomości”<sup>62</sup>.

Grof w swojej książce przytacza też hipotezę wielu światów, wywodzącą się z fizyki kwantowej, według której wszechświat dzieli się w każdym momencie na nieskończenie wiele wszechświatów, a wszystkie możliwości realizują się faktycznie w różnych wszechświatach<sup>63</sup>. Wynika z niej, że istniejemy na różnych poziomach, w różnych częstotliwościach, a wszystkie te istnienia tworzą razem wspomniane już „Wielkie JA”. Jest to zgodne z koncepcją posiadania przez człowieka kilku ciał, które istnieją jednocześnie na wielu planach. Tę koncepcję przed Grofem przyjmował m.in. teozof Arthur. E. Powell, który pisał: „Człowiek posiada szereg ciał, czyli narzędzi lub przewodników, pozwalających mu na przejawianie się w poszczególnych sferach (planach) natury fizycznej, astralnej, mentalnej i w dalszych”<sup>64</sup>. Z kolei Nevil Drury, angielski antropolog, podaje przykład odczucia przez pewną osobę posiadania wielu ciał. Badacz wspomina: „Jeden z praktyków projekcji, Marcel Louis Forhan, francuski pisarz występujący pod pseudonimem Yram, doświadczył nawet poczucia, że posiada

---

<sup>60</sup> S. Grof, *Poza mózg. Narodziny, śmierć i transcendencja w psychoterapii*, przeł. I. Szewczyk, Kraków 1999, s. 121.

<sup>61</sup> Ibidem, s. 139.

<sup>62</sup> B. Moen, *Świadome podróże w нефизyczne światy*, przeł. J. Mądrzak, Poznań 2006, s. 17.

<sup>63</sup> S. Grof, op. cit., s. 121.

<sup>64</sup> A. E. Powell, *Ciało eteryczne*, przeł. H. Wodziński, Warszawa 1995, s. 5.



cały szereg ciał astralnych, przypominających warstwy cebuli, a każde z nich odpowiada pewnemu obszarowi bytowania. Napisał on: »wszystko dzieje się tak, jakbyśmy mieli szereg różnych ciał włożonych jedno w drugie, każde trochę mniejsze od poprzedniego. Kiedy świadoma wola zapuszcza się w inne wymiary, posługuje się odpowiednim ciałem«<sup>65</sup>. Czy z tych odczuć może wynikać, że funkcjonujemy jednocześnie na wielu planach, a nasza świadomość w pewnych warunkach przenosi się do innych naszych istnień? Część badaczy rozważa taką możliwość. Analogia makrokosmosu do mikrokosmosu również tutaj może znaleźć swoje zastosowanie, bowiem zgodnie z koncepcją mechaniczną, wywodzącą się z teorii kwantowej, „każda cząstka danego układu fizycznego znajduje się równocześnie w różnych punktach przestrzeni wypełniającej ten układ”<sup>66</sup>.

Co istotne, jak już zostało powiedziane, człowiek zawsze postrzega siebie jako *innego*, żeby zyskać świadomość własnego istnienia. Niezmiennie postrzega zatem *siebie* na zewnątrz siebie, np. patrząc w lustro. Zdaniem Kaufmanna „ja nigdy nie jest bardziej *ja* niż w chwili, gdy staje się kimś innym”<sup>67</sup>. Można założyć, że to specyficzne postrzeganie siebie z zewnątrz, patrzenie na siebie jako na innego, najsilniej ma miejsce wówczas, gdy dana osoba spełni określone warunki psychofizyczne i osiągnie określony stan, który w jej przekonaniu umożliwi kontakt z „Wielkim JA”. Wtedy, aby ponownie uświadomić sobie własną realność, tym razem realność tego abstrakcyjnego przeciw bytu, jakim jest „Wielkie JA”, ponownie tworzy w swoim umyśle postać. Może ją wówczas łączyć z sobowtórem eterycznym – zjawiskiem od wieków szeroko opisywanym w literaturze wszelakiego rodzaju.

---

<sup>65</sup> N. Drury, *Don Juan, Mescalito i współczesna magia. Mitologia przestrzeni wewnętrznej*, przeł. W. Józwiak, Warszawa 1992, s. 57–58, cyt. za: Yram [w:] H. F. B. Battersby, *Man Outside Himself*, [b.m.] 1969, s. 87.

<sup>66</sup> R. Bessière, op. cit., s. 7.

<sup>67</sup> J.-C. Kaufmann, op. cit., s. 154.

## Rozdział 2

# OOBE, bilokacja i sobowtór eteryczny – przekazy i próby interpretacji

### 2.1. Nazewnictwo, historia, definicje

Jak twierdzi Mindell: „esencjalne, odwieczne »Ja« nosi wiele mistycznych nazw, między innymi »sobowtór«. [...] Sobowtór jest tą częścią ciebie, która nie należy do ludzkości, która jest w stałym kontakcie ze skałami, drzewami, wiatrem, ziemią, systemem słonecznym, całym wszechświatem [...]. Ludzkość jest tylko jednym z obszarów. Sobowtór jest doświadczeniem Śnienia, które rozwija się w postaci będące »Wielkim JA« [...]. Według taoizmu »małe ja« jest kawałkiem drewna, które z czasem wypala się. Ale sobowtór, symbolizowany tutaj przez ogień, pali się dalej”<sup>68</sup>.

Zgodnie ze wspomnianą już zasadą biegunowości, sobowtór (zwany też sobowtorem eterycznym) stanowi drugą stronę fizycznej postaci („materia i energia są awerssem i rewerssem tej samej monety”<sup>69</sup>), zaś według koncepcji istnienia wielu płaszczyzn życia równocześnie – byłby tylko jedną z wielu naszych postaci. Definicja podana przez Mindella zakłada, że ów sobowtór – w przeciwieństwie do „małego ja”, które z czasem „się wypala”, a więc umiera – „pali się dalej”, zatem jest nieśmiertelny. Wielu autorom daje to podstawę do rozważenia reinkarnacji, a więc zjawiska wcielania się duszy po śmierci w kolejne ciało, jednak według S. Roney-Dougal: „w obszarze częstotliwości (holograficznym) nie ma czasu, ponieważ częstotliwość z definicji dotyczy gęstości”<sup>70</sup>. Przyjęcie takiego założenia oznacza, że wszelkie przypadki pacjentów deklarujących doświadczenie, najczęściej dzięki hipnozie, odczucia regresji do poprzednich wcieleń (także przypadki pacjentów Grofa „przypominających sobie” swoje wcielenia jako rośliny, minerały itd.) można uznać za doświadczenia pozostałych *ja* tych pacjentów, funkcjonujących w innych sferach natury astralnej, mentalnej i dalszych. To ewentualne połączenie ze swoimi innymi *ja* miałyby dać osobom badanym przez Grofa dodatkowe informacje, które owe *ja* być może posiadają, egzystując na osobnych planach. Uzyskiwano ciekawe wyniki zdające się poświadczać,

<sup>68</sup> A. Mindell, op. cit., s. 242–243.

<sup>69</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., s. 78.

<sup>70</sup> Ibidem, s. 85.

że ludzie poddani regresji hipnotycznej mówili o autentycznych osobach, bowiem sprawdzano później dane i okazywały się one prawdziwe. Utwierdzało to koncepcje, że czas jest wytworem kulturowym i tworzy chronologię ziemską, a – jak już zostało wspomniane – w obszarze holograficznym go nie ma. W związku z tym sugerowano też, że może w przypadku tego rodzaju eksperymentów nie mamy do czynienia z doświadczaniem poprzednich wcieleń, lecz z doświadczaniem innych aktualnych naszych istnień, które tylko z perspektywy fizycznego świata wydają się przeszłe, a zjawisko reinkarnacji jest właściwie zjawiskiem inkarnowania się na różnych planach, w różnych sferach. Co więcej, budowano również teorie, że świadomość na pewnych etapach rozwoju zyskuje możliwość przebywania w kilku wymiarach jednocześnie, co daje możliwość jeszcze szybszego jej rozwijania<sup>71</sup>. Warunkiem tego rozwoju jest – zdaniem wielu autorów – praca ze wspomnianym Śnieniem (podstawą eksterioryzacji), o którym napiszę więcej w dalszej części pracy.

Eksterioryzacja jest według zmarłego w 2009 roku Romana Bugaja – doktora habilitowanego nauk humanistycznych Uniwersytetu Warszawskiego i wiceprezesa Polskiego Towarzystwa Parapsychicznego – „wylanianiem świadomości poza obręb organizmu fizycznego. [...] Stosowane jest też określenie: wydzielanie sobowtóra, względnie fluidała lub fantoma”<sup>72</sup>. Zgodnie z definicją podaną przez doktora Przemysława Grzybowskiego jest to „wysyłanie przez człowieka ciała duchowego na niekiedy duże odległości. Zachodzi świadomie lub nieświadomie, w transie, we śnie lub przy zwyczajnym stanie organizmu fizycznego. W zależności od klasy zjawiska osoba eksterioryzująca potrafi mniej lub bardziej korzystać ze zmysłów ciała duchowego”<sup>73</sup>. Już na tym etapie można zauważyć, że pierwsza definicja mówi o wylanianiu się świadomości, zaś druga – ciała duchowego. Sądzę, że ta analogia jest tu bardzo istotna, bowiem osoby, które deklarują doświadczanie eksterioryzacji, relacjonują także, iż odnoszą niezwykle realne wrażenie oddzielenia czegoś (ciała duchowego, nazywanego też eterycznym) od ciała fizycznego, zatem przenoszą gdzieś swoją świadomość, która z kolei tworzy pewien upersonifikowany byt – sobowtóra.

Z relacji wielu osób doświadczających – jak twierdzą – OOBE wynika, że ich percepcja przenosi się podczas „oddzielenia od ciała” gdzieś poza jej naturalne środowisko, co stwarza podstawę do przeświadczenia, że być może świadomość

---

<sup>71</sup> [brak autora], *Teoria strun i wielowymiarowy Wszechświat*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.oobe.pl/park/Teoria-Strun-I-Wielowymiarowy-Wszechswiat-t927.html> [dostęp: 30.03.2014].

<sup>72</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja – istnienie poza ciałem*, Warszawa 1990, s. 21.

<sup>73</sup> P. Grzybowski, *Opowieści spirytystyczne*, Katowice 1999, s. 385.

„powołuje do życia” nowe ciało – eteryczne – aby ponownie odnieść się do samej siebie (tak jak w przypadku tworzenia własnej fizyczności we wspomnianym stadium lustra Lacana). Stąd blisko już do postawienia tezy, że jeśli nie potrafimy zanegować istnienia rzeczywistości wirtualnej (codziennej) i naszych ciał fizycznych z powodu wyraźnych właściwości fenomenologicznych, którymi dysponują – o czym pisał Jan Trąbka (zob. podrozdział 1.2. pracy) – to nie powinniśmy również negować istnienia sobowtóra eterycznego. A wówczas łatwo przyjąć, iż rzeczywiście sobowtór eteryczny istnieje, a eksterioryzacja nie jest ani mitem, ani złudzeniem, nawet jeśli źródłem tej „realności” jest nasza świadomość. Uogólniając: jeśli wyobraźnia, a co za tym idzie – świadomość, stanowi źródło każdej realności, nic nie stoi na przeszkodzie, aby pozwoliła zaistnieć także ciału eterycznemu.

Rycina 1. Dawny sztych przedstawiający unoszący się fantom śpiącej dziewczyny (Mary Evans Picture Library)



Źródło: <http://www.centrumrozwojuheurystyki.pl/?p=3786> [dostęp: 24.04.2014].

Hector Durville, francuski badacz eksterioryzacji, w latach 1907–1909 przeprowadził eksperymenty zmierzające do poznania wyglądu zewnętrznego, budowy

anatomicznej i zachowania się „sobowtóra”. Jak informuje Boruń: „w stan umożliwiający eksterioryzację wprowadzał media (9 kobiet), stosując hipnozę wywołaną głaskami magnetycznymi. Wydzielanie »sobowtóra«, zwanego »fluidalem«, następowało w głębokim transie (tzw. śnie somnambulicznym). »Fluidal« był prawie zawsze niewidzialny dla eksperymentatora, tylko przy wyjątkowo dużym zagęszczeniu jego ciała parasomatycznego mógł być fotografowany [więcej o fotografowaniu ciał eterycznych zob. w podrozdziale 3.5.1. pracy – D. K.]. Był też dostrzegany przez medium we śnie somnambulicznym oraz przez osoby obdarzone paranormalną wrażliwością zmysłową. Durville stosował również techniczną metodę sygnalizacji obecności »fluidala«: ekran fosforyzujący, pokryty siarczkiem wapniowym, naświetlony światłem słonecznym i trzymany następnie przez 4–5 dni w ciemności, nabierał właściwości reagowania na bliską obecność »sobowtóra«. Rozbłyskiwał wówczas silną fosforesencją, podczas gdy w pobliżu ciała medium, podobnie jak w innych miejscach sali, pozostawał ciemny. Typowy przebieg zjawisk był następujący: w pobliżu medium tworzą się najpierw dwie fluidyczne kolumny, które po pogłębieniu transu łączą się ze sobą, tworząc jedną kolumnę, i następnie przybierają stopniowo postać »fluidala«. Początkowo przypomina on kłęby pary wodnej o wymiarach większych od medium i dopiero w wyniku dalszego magnetyzowania zmniejsza się i przyjmuje kształt ludzki. Końcowym efektem przeobrażeń jest »fluidyczny sobowtór« medium. Zajmując stale miejsce z jego lewej strony, »sobowtór« naśladuje w tej fazie eksperymentu wszystkie ruchy medium. Kolejną, wyższą fazę rozwoju »fluidala« można osiągnąć poprzez dalsze pogłębienie transu. Przestaje on naśladować ruchy medium i zaczyna oddalać się od jego fizycznego ciała. Eksterioryzujący »dwojnik« przenika swobodnie przez ściany»<sup>74</sup>. Durville w oparciu o wyniki swoich badań dowodził, że w trakcie eksperymentu to właśnie w ciele fluidalnym, a nie w biologicznym (fizycznym), znajduje się „siedlisko odbieranych wrażeń oraz inteligencji, przy czym fantom wykorzystuje w tym celu swoje własne możliwości percepcyjne i analityczne. Jest on w stanie również przekazać swoje wrażenia do ciała biologicznego przez łączącą je z nim wstęgę (sznur), podczas gdy pozostawione ciało biologiczne ma wygaszone wtedy receptory zmysłowe»<sup>75</sup>. Autorki artykułu *Zagadkowa bilokacja* stwierdzają ponadto, że „nasza świadomość może z powodzeniem

<sup>74</sup> K. Boruń, op. cit., s. 114–115.

<sup>75</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit., cyt. za: H. Durville, *Le Fantôme des Vivants*, Paris 1909. O eksperymentach Durville’a wspomina także Przemysław Grzybowski (zob. P. Grzybowski, op. cit., s. 49).

wykorzystać swój bank danych nawet do odtworzenia ciała naszego sobowtóra, którego nie bylibyśmy w stanie odróżnić od oryginału”<sup>76</sup>. Takie konstatacje prowadzą do wniosku, iż potencjalny sobowtór – w pewnych warunkach – jest tworzony przez świadomość danej osoby, po czym ta świadomość zostaje przeniesiona do „ciała” sobowtóra.

Szeroko opisywanym fenomenem, jednym z wariantów doznań pozacielesnych, jest bilokacja (z łac. *bis* – dwa razy + *locatio* – umieszczenie), czyli „zjawisko polegające na pozornym znajdowaniu się tej samej osoby w dwóch różnych miejscach. Jego fundamentem jest wysyłanie i materializacja ciała duchowego medium. [Jest to] przejaw jednej z funkcji ciała duchowego”<sup>77</sup>. Jak podają opisy, zjawisku bilokacji zawsze towarzyszy pojawienie się sobowtóra, a zatem pewnej enigmatycznej, widzialnej postaci. Eksterioryzacja, o której była mowa wcześniej, co prawda nie zawsze skutkowało tego rodzaju fenomenem, jednak jej podstawą miało być wyłanianie się świadomości, zmiana percepcji, co zapewne stanowi również warunek bilokacji. Według definicji zaproponowanej przez doktor Celię Green, dyrektor Instytutu Badań Psychofizycznych (Institute of Psychophysical Research) w Oksfordzie, bilokacja charakteryzuje się tym, iż „przedmioty postrzegane podlegają takiej organizacji przestrzennej, że obserwator spogląda na nie z miejsca innego niż to, w którym znajduje się jego ciało materialne”<sup>78</sup>. Definicja zakłada, że ciało duchowe dysponuje świadomością, skoro to w nim znajduje się źródło postrzegania. W kolejnej części pracy postaram skupić się na sklasyfikowaniu przypadków doświadczeń poza ciałem pod względem świadomości, której obecność, nieobecność, a także zdolność do przemieszczania się pozwoli mi na wyodrębnienie określonych typów doświadczeń pozacielesnych.

Zjawisko, o którym piszę, jest obecne w przekazach z różnych kultur, co spowodowało ogromną różnorodność nazewnictwa z nim związanego. Jak relacjonuje Arthur E. Powell, w pierwszych opracowaniach teozoficznych ciało duchowe nazywano często ciałem astralnym, człowiekiem astralnym lub *linga siarira*<sup>79</sup>. Później zrezygnowano ze stosowania tych określeń wobec ciała eterycznego, ponieważ w istocie dotyczyły one ciała utworzonego z materii astralnej, czyli – według Hindusów – ciała karmy. Autor wskazuje na konieczność rozróżnienia dwóch odrębnych ciał,

---

<sup>76</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit., cyt. za: H. Durville, *Le Fantôme des Vivants*, Paris 1909.

<sup>77</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 382.

<sup>78</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit. Nie podano źródła.

<sup>79</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 7.

określanych obecnie jako ciało eteryczne i ciało astralne. W pracy jest mowa o ciele eterycznym, charakteryzowanym jako dokładna reprodukcja ciała fizycznego, która „wystaje” poza powierzchnię skóry na odległość około trzech centymetrów. Ta zewnętrzna świadomość związana z doświadczeniami poza ciałem ma specjalne nazwy w wielu językach. Przykładowo „Hebrajczycy nazywali ją *ruach*. W Egipcie faraonów znana była jako *ka*, dokładna kopia ludzkiego ciała, lecz o zmniejszonej gęstości. Grecy znali ją jako *eidolon*, Rzymianie jako *larwę*, w Tybecie zaś wciąż jeszcze określa się ją jako ciało *bar-do*. W Niemczech jest to *Judel* lub *Doppelgänger*, a w Norwegii *fylgja*. Starożytni Brytowie nadawali jej różne nazwy: *fetch*, *waft*, *task* oraz *fye*. W Chinach *tank-czi* opuszczała ciało w czasie snu i mogła być widziana przez inne osoby. [...] Buddyści używają określenia *rupa*”<sup>80</sup>. Hindusi zaś określają ciało eteryczne terminem *pranamayakosza* (przewodnik prany)<sup>81</sup>.

Jak twierdzi Ian Currie, opowieści o przypadkach wyjścia poza ciało są znane w kulturach prymitywnych na całym świecie: od australijskich Aborygenów oraz północno- i południowoamerykańskich Indian po Zulusów, plemiona zamieszkujące Syberię, Nową Zelandię czy Tahiti<sup>82</sup>. Badacz podaje także przykłady pierwszych wyjść poza ciało, o których mówią przekazy literackie: „Hermetimus z Klazomeny, filozof grecki żyjący w VI wieku p.n.e., prawdopodobnie umiał celowo wychodzić poza ciało i używał owej umiejętności w badaniach nad tym, co dzieje się z ludźmi po śmierci. Plutarch opisał przypadek niejakiego Arideusa, mieszkańca Azji Mniejszej, który w roku 79 n.e. utracił przytomność w wyniku uderzenia w głowę i doświadczył wyjścia z ciała. Rozmawiał ze zmarłymi, między innymi z własnym wujem, który serdecznie go powitał i zapewnił przerażonego bratanka, iż jeszcze nie umarł, gdyż dusza jego nadal związana jest z ciałem. W V wieku n.e. Augustyn, biskup Hippo Regius w Numidii w Afryce Zachodniej, opisał doświadczenie pewnego senatora o imieniu Curma, który poważnie zachorował i popadł w trwającą wiele dni śpiączkę. Gdy powróciła mu świadomość, oświadczył, że opuścił ciało i rozmawiał ze zmarłymi. Podobnie jak w przypadku Arideusa zmarli zapewniali go, że wciąż żyje”<sup>83</sup>. Z przekazów tych zdaje się wynikać, że ciała eteryczne napotykają na swojej drodze inne byty, których status jest uwarunkowany kulturowo, co postaram się zgłębić w dalszej części pracy.

---

<sup>80</sup> I. Currie, „*Nie wszystkich umrę*”. *Niezwykłe odkrycia stu lat badań nad śmiercią*, przeł. Z. Domaniewska, Kanada 1993, s. 91.

<sup>81</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 8.

<sup>82</sup> I. Currie, op. cit., s. 91–92.

<sup>83</sup> *Ibidem*, s. 91.

Grzybowski w tym kontekście wspomina o swoistej biegunowości obecnej w poglądach Greków. Badacz twierdzi, iż wyróżniali oni dwie dusze: jedna miała być siedzibą inteligencji, zaś drugą łączono z uczuciami. Drugą traktowano też jako odbicie istoty wyższego rzędu; zajmowała ona pozycję pośrednią między pierwszą duszą a ciałem fizycznym. Określano ją mianem *ejdelonu*, który podobnie jak klasyczne ciało duchowe posiadał zdolność manifestowania się, a po śmierci danej osoby przebywał w miejscu zwanym *Acheronem*. Relacje dotyczące manifestacji *ejdelonu* można odnaleźć, jak zaznacza, w pismach Herodota (ok. 485–ok. 425 p.n.e.) i Maksyma z Tyru<sup>84</sup>.

Można tu również przywołać rzymskiego filozofa i poetę – Tytusa Lukrecjusza (ok. 95–55 p.n.e.), który w swoich rozważaniach na temat duszy twierdził, że jest ona rodzajem powłoki zdolnej oddzielić się od ciała w chwili śmierci i szybować w powietrzu, kierując swymi ruchami<sup>85</sup>. Już w starożytności zatem uznawano, iż pewien aspekt istoty ludzkiej zachowuje świadomość i zdolność postrzegania wtedy, gdy ciało fizyczne pozostaje nieświadome i znajduje się poza percepcją świadomości. Zmiana percepcji wynikała tu ze zmiany świadomości lub odwrotnie – zmiana świadomości następowała wskutek zmiany percepcji.

Teza o istnieniu oddzielającej się w pewnych warunkach części istoty ludzkiej (części jako całości w rozumieniu przytoczonym we wcześniejszej części pracy) pojawiła się także w średniowieczu. Słynny lekarz, chemik, filozof, profesor uniwersytetu w Bazylei – Paracelsus był autorem śmiałej teorii mówiącej o trzech częściach składających się na istotę ludzką (ciała materialnego, astralnej duszy i boskiego ducha). Jak pisze Grzybowski: „W swych pracach Paracelsus stworzył zaakceptowane przez okultystów pojęcie ciała astralnego, mającego możliwość manifestowania się człowiekowi w formie zjawy czy sobowtóra, którego określił jako *evestrum*. Głosił także istnienie procesu reinkarnacji”<sup>86</sup>.

Co ciekawe, w germańskim folklorze funkcjonują legendy o złośliwych demonach zwanych *Doppelgängerami* (z niem. sobowtórami). Przyjmuje się, że *Doppelgänger* jest idealnym odbiciem osoby żyjącej, choć zazwyczaj odzwierciedla jej mroczną naturę. Z kultury ludowej określenie to przeniknęło do współczesnej mitologii,

---

<sup>84</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 201–202.

<sup>85</sup> Ibidem, s. 18.

<sup>86</sup> Ibidem, s. 20.



ponadto w publikacjach na temat zjawisk paranormalnych możemy znaleźć wzmianki o *Doppelgängerach* spotykanych wspólnie.

Do bilokujących się osób zaliczano wielu świętych i mistyków, m.in.: św. Katarzynę ze Sieny, siostrę Faustynę Kowalską, św. Antoniego Padewskiego czy stygmatyka – Ojca Pio. Umiejętność generowania swoich sobowtórów i przebywania w dwóch miejscach jednocześnie była dana, według wielu przekazów, świętym lub ludziom o zdolnościach paranormalnych. Jedną z pierwszych relacji na temat bilokacji odnosi się do starożytnego maga, Apoloniusza z Tiany<sup>87</sup>. Zdolność bilokacji przypisywana była także m.in.: Teofilowi Modrzejewskiemu, Stefanowi Ossowieckiemu i Czesławowi Czyńskiemu<sup>88</sup>. Doświadczenia wyjścia poza ciało deklarowało też wielu pisarzy nowożytnych, takich jak: William Wordsworth, Emily Bronte, George Eliot, Alfred Tennyson, D. H. Lawrence, Virginia Woolf, John Buchan, Arthur Koestler i Ernest Hemingway<sup>89</sup>.

## 2.2. Doświadczenia poza ciałem. Rodzaje i przykłady przekazów

Jak twierdzi Ian Currie: „W ciele fizycznym człowieka tkwi jego ciało astralne<sup>90</sup> – prawdziwe »ja«, które przetrwa śmierć. W trakcie życia jednostki astralna jaźń może wydstawać się z żyjącego, zdrowego ciała i ukazywać bliźnim. Może się to również zdarzyć w chwili konania lub miesiące, lata czy nawet wieki po śmierci. Gdy ciało astralne staje się widzialne dla świadków, nazywane jest zjawą. Istnieją trzy rodzaje zjaw: zjawy osób żyjących, konających i zmarłych”<sup>91</sup>. Wynika z tego, że ciało eteryczne może ukazywać się nawet mimo śmierci ciała fizycznego, a zatem ziemski czas dotyczy jedynie strefy, w której egzystuje ciało fizyczne. Co więcej, Hornel Hart, profesor Uniwersytetu Duke’a, przeanalizował przypadki pojawiania się zjaw osób żyjących, a następnie przypadki pojawiania się zjaw osób zmarłych. Porównał oba typy,

---

<sup>87</sup> [brak autora], *Znaleźć się w dwóch miejscach jednocześnie. Tajemnice bilokacji*. Artykuł dostępny w internecie: <http://niewiarygodne.pl/kat,1017181,title,Znalezc-sie-w-dwoch-miejscach-jednoczesnie-Tajemnice-bilokacji,wid,13617899,wiadomosc.html> [dostęp: 3.04.2014].

<sup>88</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 82.

<sup>89</sup> I. Currie, op. cit., s. 92.

<sup>90</sup> Książka została opublikowana po raz pierwszy w 1978 roku, w nowszych publikacjach pojawia się raczej sformułowanie *ciało eteryczne*.

<sup>91</sup> I. Currie, op. cit., s. 13.

dokonawszy dokładnej analizy statystycznej. Także on nie stwierdził istotnych różnic między zjawami żyjących a zjawami zmarłych<sup>92</sup>.

Niektóre opracowania podają, że OOBЕ jest stanem dysocjacyjnym wynikającym z nakładania się na siebie fazy snu REM i stanu czuwania. Jako ów stan dysocjacyjny występuje w trzech wariantach: „1. jako uczucie oddzielenia od własnego ciała, wrażenie opuszczenia jego granic (określane skrótem OBF – ang. *Out of Body Feeling*), 2. jako ujrzenie ciała uznawanego za swoje, jednak z perspektywy osoby trzeciej, tzw. autoskopia (OBA – ang. *Out of Body Autoscopy*), i 3. jako kombinacja tych dwóch wariantów. Zatem zarówno OBF, jak i OBA są postrzegane jako oddzielne składniki OBE, które mogą występować razem albo oddzielnie”<sup>93</sup>.

Richard Bessière wyróżnia omam wzrokowy: kiedy osoba doświadczająca widzi samą siebie, a świadomość pozostaje związana z ciałem materialnym, i bilokację normalną: kiedy świadomość jest przeniesiona do ciała duchowego<sup>94</sup>. Gdyby uznać realność tego zjawiska, można by przyjąć hipotezę, że ów omam wzrokowy i wspomniane wcześniej OBA mogą być pewnego rodzaju fazą przejściową między stanem czuwania (zwyczajnym, naturalnym) a właściwym, pełnym OOBЕ – z przeniesieniem świadomości do ciała eterycznego. Według Stefana Ossowieckiego, inżyniera zajmującego się zjawiskami paranormalnymi, uważanego za jasnovidza: „świadomość zakrywa człowiekowi drogę do Ducha Jedynego, przeszkadza połączeniu się podświadomości z nadświadomością. [...] Geniusze mieli najmniej tej świadomości swego »ja«, posiadając za to potężną podświadomość, a więc zastosowywali się do »Ja« świadomości Ducha Jedynego. [...] Dusza jest połączona z nadświadomością, czyli ze świadomością Ducha Jedynego, a więc ze źródłem wszelkiej mądrości idącej od Boga”<sup>95</sup>. Można by zatem postawić tezę, że gdy zanika świadomość, budzi się podświadomość, która pozwala nam dostrzec ciało eteryczne i w pewnym sensie je ożywić – umiejscowić w nim swoją świadomość lub dokonać jej swoistego rozszczepienia. OOBЕ byłoby w tym rozumieniu projekcją, a wyobraźnia

---

<sup>92</sup> Ibidem, s. 41–42.

<sup>93</sup> [brak autora], *Podróże poza ciałem*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.lucidologia.pl/2011/02/podroze-pozza-ciaem.html> [dostęp: 18.03.2014]. Na podstawie: Wilkins LK, Girard TA, & Cheyne JA (2011). *Ketamine as a primary predictor of out-of-body experiences associated with multiple substance use. Consciousness and cognition* PMID; Nelson KR, Mattingly M, Lee SA, & Schmitt FA (2006). *Does the arousal system contribute to near death experience?* *Neurology*, 66 (7), 1003–9 PMID; CHEYNE, J., & GIRARD, T. (2009). *The body unbound: Vestibular–motor hallucinations and out-of-body experiences*. *Cortex*, 45 (2), 201–215 DOI; Levitan L. & LaBerge S. (1991). *Other Worlds: Out-of-body experiences and lucid dreams*. *NightLight*, 3(2–3).

<sup>94</sup> R. Bessière, op. cit., s. 113.

<sup>95</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne*, Warszawa 1994, s. 217.

umożliwiająca wizualizację pełniłaby funkcję narzędzia, dzięki któremu dokonuje się personifikacja, czyli zaistnienie sobowtóra eterycznego jako odrębnej istoty, zdolnej do wykonywania pewnych czynności i dysponującej świadomością osoby, która go wydziela.

Zdaniem Romana Bugaja podczas bilokacji dwie istoty mają świadomość lub świadomość jednej zostaje całkowicie wyłączona i przekazana drugiej<sup>96</sup>. Jak twierdzi badacz, „cechą charakterystyczną bywa prawie zawsze pewne omroczenie świadomości sobowtóra, który zachowuje się jak człowiek we śnie lub w somnambulizmie”<sup>97</sup>. W podobny sposób można byłoby opisać również osobę, która twierdzi, że wydziela sobowtóra – jej świadomość także prawie zawsze cechuje się „omroczeniem”, co można wywnioskować z większości dostępnych relacji. Ten stan umysłu wydaje się konieczny, aby doświadczyć OOB.

### 2.2.1. Opisy eksponujące świadomość

Z literatury wyłania się zatem obraz, zgodnie z którym świadomość lub brak świadomości jest podstawowym kryterium podziału przypadków eksterioryzacji. Na jego podstawie można dokonać następującej klasyfikacji, popartej przykładami:

1. świadomość w ciele fizycznym, sobowtór eteryczny zdaje się nie mieć świadomości

1.1. sobowtór eteryczny postrzegany w lustrze:

- Abraham Lincoln

Dziwny sen bądź złudzenie nawiedzało czasami Lincolna w czasie zimy. 6 listopada, w wieczór wyborów prezydenckich, po otrzymaniu jednego z pierwszych telegramów o swoim zwycięstwie, rzucił się na jedną ze swoich sof. Spojrzał w lustro nad sekretarzykiem po drugiej stronie pokoju i zobaczył w nim swoją postać, ale o dwóch twarzach. Zaniepokoiło go to. Wstał. Złudzenie znikło. Jednak, kiedy ponownie się położył, w lustrze znów pojawiły się dwie twarze, jedna z nich była bledsza. Wstał jeszcze raz, ale w ferworze wyborczym zapomniał o tym zdarzeniu. Niestety iluzja wróciła, nawiedziła go. Powiedział o tym żonie; ona również się zmartwiła. Kilka dni później Lincoln znów spróbował i dwie twarze również się ukazały. Jednak po raz ostatni. Zjawa już nigdy nie powróciła, jak powiedział swojej

---

<sup>96</sup> Idem, *Eksterioryzacja...*, s. 82.

<sup>97</sup> Ibidem, s. 98.

zanie. Ona uznała, że była to wróżba ponownego wyboru męża na prezydenta, a błądź jednego z oblicz miała oznaczać, że nie przeżyje on drugiej kadencji<sup>98</sup>.

- Emilie Sagée

Wkrótce potem, gdy jedna z wychowanek, Antonina von Wrangel, otrzymała wraz z kilkoma innymi dziewczętami zezwolenie na odwiedzenie „wiejskiej warowni” i ubierała się, panna Sagée pomagała jej w tym zajęciu. W pewnym momencie Antonina dostrzegła w lustrze dwie panny Sagée, które zapinały jej ubranie. Dziewczyna z przerażenia zemdlła<sup>99</sup>.

## 2. Sobowtór eteryczny zdaje się mieć świadomość, ciało fizyczne pozbawione świadomości

- William Crookes o jednym z eksperymentów z medium – Florence Cook, podczas którego ukazała się zjawia – Katie King

Zjawia była tak mocno zmaterializowana, iż czyniła wrażenie, jakby to była żywa panna Cook. [...] Trzykrotnie oglądałem medium pannę Cook leżącą na podłodze, trzymając ją za rękę i przekonując się, że to ręka osoby żyjącej. Trzykrotnie zwracałem lampkę ku zjawie ducha Katie, żeby ją widzieć dokładnie. Przekonałem się z całą pewnością, że ona stoi przede mną, podczas kiedy równocześnie medium leżało nieprzytomne na podłodze<sup>100</sup>.

### 2.1. Świadomość przenika do ciała eterycznego tak płynnie, że podmiot (w ciele fizycznym) nie jest na początku świadomy niezwykłości sytuacji<sup>101</sup>

- anonimowy przypadek

Wstałam z ziemi, zdumiona, że nie czuję bólu ani skutków potłuczenia, i odeszłam. Zobaczyłam biegnących ludzi i rozejrzałam się, aby poznać powód poruszenia. Wówczas dostrzegłam swoje ciało

<sup>98</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*. Artykuł dostępny w internecie: <http://even-horizon.blog.onet.pl/category/fenomen-doppelganguera-i-bilokacja/> [dostęp: 8.04.2014]. Artykuł stanowi fragment biografii autorstwa Carla Sandburga, cyt. za: N. Brooks, *Washington In Lincoln's Time*, New York 1895.

<sup>99</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*. Dostępne w internecie: <http://zjawiska-paranormalne1989.blog.onet.pl/2011/10/01/rozdzial-iii-bilokacja-eksterioryzacja-zachodzaca-z-wydzieniem-sobowtora/> [dostęp: 8.04.2014]. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstube opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.

<sup>100</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 89.

<sup>101</sup> Jak twierdzi Celia Green, prowadząca badania w Oksfordzie, w typowych przypadkach tego rodzaju podmiot może kontynuować codzienne czynności, nie zdając sobie sprawy, że jego fizyczne ciało uległo wypadkowi lub utraciło świadomość. Są to tzw. doświadczenia z brakiem wglądu. Zob. I. Currie, op. cit., s. 108, cyt. za: C. Green, *Out-of-the-Body Experiences*, Londyn 1968, s. 31.

wciąż leżące [*sic!*] na drodze. [...] Gdy ku niemu śpieszyli, mijali mnie, lecz wydawali się mnie nie widzieć. Byłam przekonana, że znajduję się w zwyczajnym ciele. Wszystko wyglądało jak zwykle<sup>102</sup>.

## 2.2. Ciało fizyczne w stanie snu

- o. Alfonso de Liguori

o. Alfonso de Liguori zasnął rankiem 21 września 1774 roku, przygotowując się do odprawienia mszy w więzieniu w Arezzo. Dwie godziny później ocknął się i powiedział, że wrócił właśnie z Rzymu, gdzie był świadkiem zgonu papieża Klemensa XIV. Z początku uważano to za sen, ale cztery dni później nadeszła oficjalna wiadomość o śmierci papieża. Co więcej, obecni przy łożu umierającego papieża zgodnie orzekli, że widzieli i rozmawiali z Alfonso, który odmawiał z nimi modlitwy za konających<sup>103</sup>.

- Olle

Pani L.: Budowaliśmy właśnie letni domek. Gdy Olle – jeden z synów sąsiada – wyjechał na wakacje, kładziono dopiero fundamenty, dom powstał więc podczas jego nieobecności. Pewnego dnia, o zmierzchu [...], ujrzałam światłość [i] zobaczyłam mężczyznę [...] kroczącego zboczem pobliskiego pagórka, ubranego w jasnoniebieską pizamę i wyglądającego zupełnie jak Olle. Postać przeszła przez gęstą kępę splątanych gałęziami świerków i zbliżyła się do domku, gdzie zatrzymała się i z rękami wspartymi na biodrach obserwowała przez chwilę budowlę, po czym znikła.

Po kilku tygodniach zjawił się Olle. W przeciwieństwie do postaci w pizamie ominął świerki. Spojrzał na dom i krzyknął: „Ależ ja to już widziałem!”.

Olle: Państwo L. dopiero zaczęli równać teren i kłaść fundamenty, gdy wyjechałem, więc nie mogłem mieć pojęcia, jak będzie wyglądał dom po ukończeniu. Pewnej nocy śniłem, że idę ścieżką prowadzącą ku letnisku L. We śnie widziałem budynek najzupełniej wyraźnie [...]. Widziałem także panią L. stojącą na schodkach frontowych, jakby mnie witała. Później, gdy wróciłem z podróży, wybrałem się do państwa L. na pogawędkę. Byłem przerażony, ujrawszy ich domek. Wyglądał zupełnie jak ten, który widziałem we śnie, a pani L. siedziała na schodkach. Spytała mnie, czy w nocy, gdy miałem ów sen, nosiłem niebieską pizamę – potwierdziłem. Czas również się zgadzał<sup>104</sup>.

---

<sup>102</sup> I. Currie, op. cit., s. 108–109, cyt. za: C. Green, op. cit., s. 31.

<sup>103</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit. Nie podano źródła.

<sup>104</sup> I. Currie, op. cit., s. 13–14, cyt. za: N. O. Jacobson, *Life Without Death?*, Nowy Jork 1974, s. 129–130.

2.2.1. Ciało fizyczne w stanie snu; doświadczenie polegające na oglądaniu swojego śpiącego fizycznego ciała, znajdującego się poza świadomością zlokalizowaną w ciele eterycznym<sup>105</sup>

- anonimowy przypadek

Zamykasz oczy, pozwalasz myślom dryfować, powoli odlatujesz ku rubieżom snu. [...] Nagle – masz uczucie, że wpadasz w ciemność, a potem lekkie wrażenie kołysania. Wydaje ci się, że wolno wzlatujesz w górę. Choć przed momentem zamknąłeś oczy, teraz są otwarte i – ku swemu zdziwieniu – dostrzegasz, że ściany sypialni uciekają w dół, tak jakbyś wznosił się aż pod sufit. Z niedowierzaniem spoglądasz w dół i widzisz partnera spokojnie śpiącego w waszym łóżku. Obok – leży jeszcze ktoś. To nie możesz być ty, bo przecież znajdujesz się gdzie indziej – a jednak tak właśnie jest. Na poduszce, śpiąca słodko, widnieje ta właśnie twarz, którą przez wszystkie lata widywałeś co rano w lustrze. Mój Boże – to Ty! Wzbiera w tobie nieopanowana panika. Po chwili obraz zamazuje się, a Ty, z szybkością błyskawicy, podążasz ku swemu ciału i, zszokowany, wślizgujesz się w nie na powrót. Tak właśnie się stanie, jeśli się przestraszysz. Jeśli uda ci się tego uniknąć, możesz kontynuować podróż<sup>106</sup>.

2.3. Ciało fizyczne w stanie transu

- Eileen J. Garrett

Eileen J. Garrett w latach 30. ub. wieku wzięła udział w udanym ponoć eksperymencie, w którym jej „astralny” sobowtór ukazał się na Islandii, podczas gdy pogrążone w transie medium przebywało w Nowym Jorku<sup>107</sup>.

- siostra Maria od Jezusa

W 1622 roku ojciec Alonzo de Benavides został wyznaczony do Misji Isolita (obecnie Nowy Meksyk w USA). Był zaintrygowany tym, że Indianie Jamano, których spotkał, choć nie wydawało się, aby

---

<sup>105</sup> Tutaj jest mowa o postrzeganiu swojego ciała fizycznego jako tylko pewnego obrazu, pewnej projekcji obserwowanej z innej perspektywy. Jest to najczęściej opisywane zjawisko przez hipotetycznych podróżników, stanowiące swego rodzaju pierwszy etap podróży poza ciało. Sądzę że, to doświadczenie może zostać określone jako drugie stadium lustra. W odniesieniu do teorii Lacana można stwierdzić, że zyskujemy tożsamość, opartą jedynie na naszej fizyczności, patrząc po raz pierwszy w lustro, zaś tracimy ją – prawdopodobnie zyskując jednocześnie większą świadomość siebie jako bytu niejednorodnego – gdy patrzymy na siebie samych bez dodatkowych narzędzi (lustro, spojrzeń innych ludzi), czyli podczas eksterioryzacji ze świadomością zlokalizowaną w ciele eterycznym, zakładając, że takowe zjawisko istnieje.

<sup>106</sup> I. Currie, op. cit., s 82.

<sup>107</sup> [brak autora], *Znaleźć się w dwóch miejscach jednocześnie. Tajemnice bilokacji*, op. cit. Nie podano źródła.

kiedykolwiek wcześniej spotkali kogoś z Francji lub Hiszpanii, znali obrzędy rzymskokatolickie, posiadali ołtarze oraz znali liturgię katolicką – wszystko w ich rodzimym języku.

Ojciec Benavides napisał do papieża Urbana VII i hiszpańskiego króla Filipa, by dowiedzieć się, kto był przed nim na tych terenach, chcąc oczywiście nawrócić Indian. W odpowiedzi dowiedział się, że nikogo tam wcześniej nie wysyłano. Indianie powiedzieli Benavidesowi, że zostali wprowadzeni w chrześcijaństwo przez piękną i młodą „panią w błękicie”, która przebywała między nimi przez wiele lat i nauczyła ich nowej religii w ich własnym języku. Powiedziała im również, że wkrótce na ich ziemię przybędą biali gruboskórni ludzie. „Ona zstąpiła do nas z wysokości – mówili Indianie – nauczyła nas nowej religii, pozostawała między nami przez długi czas, powiedziała nam, że przyjdiesz i nas powitasz, po czym odeszła. To wszystko, co wiemy”.

[...] Ojciec Benavides wiedział, że siostry klaryski nosiły niebieskie habity, i domyślał się, że tu może tkwić wskazówka. [...] Po powrocie do Hiszpanii ojciec Benavides otrzymał zadanie rozwiązania zagadki. Jak Indianie mogli spotkać klaryskę, skoro ten zakon miał zasadę: od dnia ślubów aż do śmierci zakonnice nigdy nie opuszczały klasztornych murów, także niewiele z nich wysyłano na misje do odległych regionów świata. Śledztwo ojca Benavidesa doprowadziło go do siostry Marii od Jezusa w Agredzie w Hiszpanii, która twierdziła, że odwiedzała północnoamerykańskich Indian – jednak bez opuszczania klasztoru. Będąca wówczas matką klasztoru siostra Maria powiedziała, że odwiedzała Indian „nie cieleśnie, lecz duchowo”.

Siostra Maria mówiła, że regularnie zapadała w kataleptyczny trans, po którym przypominała sobie „sny”, w których niesiona była w dziwne i dzikie miejsce, w którym nauczała ewangelii. Jako dowód swoich twierdzeń była w stanie podawać bardzo szczegółowe opisy Indian Jamano, między innymi ich wygląd, odzież i zwyczaje, czyli wszystko, o czym nie mogła wiedzieć, zanim ten lud został odkryty przez Europejczyków. W jaki sposób nauczyła się ich języka? „Nie robiłam tego” – powiedziała. „Po prostu rozmawiałam z nimi – wszak Bóg rozumie każdego”.

Siostra Maria ukazywała się podobno również meksykańskim Indianom, którzy mówili, że byli odwiedzani przez „bardzo piękną kobietę, która zstąpiła do nich z wyżyn, a która odziana była w niebieski strój”<sup>108</sup>.

## 2.4. Ciało fizyczne konające – NDE (ang. *Near Death Experience*)<sup>109</sup>

- Mary Goffe

Doświadczenie Mary Goffe, zamieszkałej w Rochesterze w hrabstwie Kent, zmarłej w dniu 4 czerwca 1691 roku podczas pobytu u ojca w West Malling. Dzień przed śmiercią, w chwili kryzysu psychicznego, ciężko chora Mary Goffe zapragnęła zobaczyć dwoje swych dzieci, pozostawionych w domu pod opieką ochmistrzyni. Było to jednak niemożliwe, ponieważ była zbyt słaba, by opuścić łóżko i odbyć podróż. Między godziną pierwszą a drugą w nocy wpadła w stan, który można byłoby określić jako rodzaj letargu. Pielęgniarka nie wyczuwała jej oddechu, nie była więc pewna, czy chora żyje nadal, czy zmarła.

---

<sup>108</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Nie podano źródła.

<sup>109</sup> Odczucia zmysłowe doświadczane przez osoby w stanie śmierci klinicznej.

Nazajutrz rano, po odzyskaniu świadomości, chora oświadczyła, że była w domu i widziała dzieci. Tłumaczono jej, że przez całą noc nie opuściła łóżka, ale nie dała się przekonać. Sprawą zainteresowano się, gdy ochmistrzyni w Rochesterze zapewniła, że tej właśnie nocy nieco przed godziną drugą widziała, jak Mary Goffe wyszła z pokoju, w którym spało jej starsze dziecko, a potem przez kwadrans stała przy łóżku młodszego. Ochmistrzyni wówczas już nie spała, uniosła się na łóżku i przyglądała się zjawie. Usłyszała przy tym wyraźnie, jak zegar na wieży wybił godzinę drugą. Gdy ochmistrzyni odezwała się, zjawa znikła<sup>110</sup>.

- Słowa człowieka pogrążonego w głębokiej hipnozie, opisującego swoje doświadczenie śmierci

**P.** (pacjent) – O, mój Boże! Nie jestem naprawdę martwy! To znaczy moje ciało jest martwe – widzę je pod sobą – ale ja unoszę się w powietrzu... Spoglądam w dół i widzę moje ciało rozciągnięte na szpitalnym łóżku. Wszyscy wokół mnie myślą, że nie żyję, ale to nieprawda. Chcę krzyknąć: „Hej, nie umarłem naprawdę!”. To niewiarygodne... pielęgniarki przykrywają mi głowę prześcieradłem... ludzie, których znam, płaczą. Powinienem być martwy, ale ja wciąż żyję! To dziwne, moje ciało jest całkowicie martwe, ale ja unoszę się nad nim. Ja żyję<sup>111</sup>!

- George C. Ritchie

Doktor George C. Ritchie mieszka obecnie w Charlottesville w stanie Wirginia. W roku 1943 pełnił on służbę w armii Stanów Zjednoczonych jako szeregowiec. W grudniu został przyjęty do szpitala w bazie Barkley w Teksasie, z rozpoznaniem „ostrego nieżytu górnych dróg oddechowych”. Stan jego szybko się pogarszał i diagnozę zmieniono na „poważne zapalenie płuc”. Szeregowy George Ritchie zmarł nad ranem 20 grudnia. Lekarz dyżurny, doktor Donald Francy, wydał później notarialnie potwierdzone oświadczenie, że Ritchie nie oddychał, a puls był niewyczuwalny. Sądząc, że pacjent nie żyje, Francy wydał polecenie, by ciało przygotowano do transportu do kostnicy. Jednakże w dziewięć minut później zauważono lekki ruch klatki piersiowej i ponownie wezwano dyżurnego. „Zaordynowałem dosercowy wlew adrenaliny – mówi doktor Francy – i szeregowiec Ritchie zaczął oddychać, a puls stał się wyraźnie wyczuwalny”. [...] Oto jak [Ritchie] opisuje swoje przeżycia:

„Sam niewiele z tego rozumiem. Mogę jedynie opisać, co mi się przytrafiło. Były to najjaśniejsze i najbardziej poruszające wydarzenia w całym moim życiu. [...]”

---

<sup>110</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit. Nie podano źródła. Według auterek artykułu jest to najstarsze z wiarygodnych doniesień wystąpienia zjawiska bilokacji. Pochodzi z XVII wieku i daje dość dokładny opis tego fenomenu. Także Grzybowski przytacza tę relację jako pierwsze udokumentowane zjawisko bilokacji, czyli wysyłania przez osobę żyjącą ciała duchowego, postrzeżanego przez innych ludzi. Badacz podaje, że zjawisko to zostało opisane przez pastora Thomasa Tilsona. Okoliczności faktu potwierdziły osoby opiekujące się dziećmi i chorą (zob. P. Grzybowski, op. cit., s. 24).

<sup>111</sup> M. Newton, *Wędrownika dusz. Studium życia pomiędzy wcieleniami*, przeł. B. Górecka, Łódź 2003, s. 15.



Gdy choroba osiągnęła punkt krytyczny, Ritchie stwierdził nagle, że czuje się wspaniale. Był radosny, pogodny i lekki jak piórko. Wówczas zdał sobie sprawę, że stoi obok swego szpitalnego łóżka, spoglądając na spoczywającą w nim postać o poszarzałej twarzy.

„Zauważyłem, że ktoś leży wciąż w łóżku, które opuściłem. Podeszedłem bliżej, by lepiej widzieć go w półmroku i... odskoczyłem. Człowiek ów nie żył. Opadnięta szczęką i poszarzała twarz budziły odrazę. Po chwili dostrzegłem na jego palcu pierścień. Na lewej ręce nosił sygnet korporacji Phi Gamma Delta, sygnet, z którym nie rozstawałem się od pięciu lat. To byłem ja!”

Ritchie ze zdumieniem zdał sobie sprawę, że uległ „rozdwojeniu”. Leżał na łóżku martwy jak kamień, a jednocześnie obserwował całą sytuację, zachowując pełną świadomość. [...] Wyszedł z pokoju, a wówczas pielęgniarka, niosąca kuwetę z narzędziami, przeszła na wskroś niego, zupełnie go nie dostrzegając. W ślepych przerażeniu szeregowiec zdecydował się zrobić to, co zrobiłaby na jego miejscu większość z nas – dotrzeć do domu! Gdy zbliżył się do drzwi wyjściowych i na próżno usiłował je otworzyć, odkrył, że jego ręka przenika przez klamkę, nie poruszając jej. Wyszedł więc przez zamknięte drzwi. W tym momencie poczuł, że pędzi w powietrzu z ogromną szybkością. Przybył do nieznanego sobie miasta. Zaniepokojony, dostrzegł samotnego przechodnia i zbliżył się, aby zapytać, gdzie się znajduje, lecz człowiek ten najwyraźniej go nie widział. Ritchie relacjonuje, że usiłował dotknąć mężczyzny, by zwrócić jego uwagę, lecz ręce wydawały się przenikać przez ciało przechodnia. Zdumiało go to jeszcze bardziej. Skonstatował, że jeśli nikt go nie może dostrzec, nie ma sensu udawać się do domu. (Gdy po reanimacji powrócił do życia, odwiedził owo miasto – a nie był w nim nigdy przedtem w cielesnej postaci – i rozpoznał je jako miejsce, w którym znalazł się w czasie niezwykłego doświadczenia. Co ciekawe, miejscowość ta leżała na najkrótszej trasie pomiędzy bazą Barkley a jego rodzinnym miastem. Wydaje się, że szeregowy Ritchie naprawdę zmierzał do domu!) Zdecydował się odnaleźć własne ciało. Gdy tylko o tym pomyślał, znowu leciał w ciemnościach z oszłamiającą szybkością. Dotarłszy do szpitala, nie bez trudu odnalazł pokój, gdzie – z twarzą przykrytą prześcieradłem – spoczywały jego zwłoki. Zgnębiony, przysiadł na brzegu łóżka. W tej chwili poczuł czyjąś obecność.

„Szpitalny pokój wypełnił się światłem, cały był nim zalany [...], odczułem czyjeś współczucie, najgłębsze, jakiego w życiu doświadczyłem”.

Z oślepiającego blasku owa tajemnicza „obecność” wyłoniła się jako majestatyczna, świetlana, pełna miłości i prawdy postać. [...] była u jego boku jeszcze przez moment. Następnie jaskrawe światło przygasało i chory zasnął, by obudzić się z powrotem we własnym ciele<sup>112</sup>.

---

<sup>112</sup> I. Currie, op. cit., s. 83-86, cyt. za: J. Pearce-Higgins, *The Nature of Life After Death*, część II [w:] Canon J. D. Pearce-Higgins, S. Whitby, *Life, Death, and Psychical Research*, Londyn 1973, s. 229–231.

- Anonimowy przypadek<sup>113</sup>

W niedzielę 9 listopada, na kilka minut przed północą, poczułem się bardzo źle, a o drugiej stało się jasne, że cierpię na ostry niezbyt żołądka i jelit, co spowodowało trwające do ósmej rano wymioty. [...] nagle uczułem, że moja świadomość oddzieliła się od jakiejś innej świadomości – również należącej do mnie. Na potrzeby dokładnego opisu nazwę je świadomościami A i B. W czasie opisywanych zdarzeń moja jaźń związana była ze świadomością A. Świadomość B należała, jak się wydaje, do mojego ciała i w miarę jak pogarszał się jego stan fizyczny [...], ulegała stopniowej dezintegracji, podczas gdy świadomość A, z którą teraz w pełni się identyfikowałem, wydawała się przebywać całkowicie poza ciałem. Mogłem je dostrzec bardzo wyraźnie. [...] Dostrzegłem, że do mego pokoju weszła A. [...] Doznała ogromnego wstrząsu, gdy zobaczyła stan, w jakim znalazło się moje ciało, i pobiegła do telefonu. Ujrzałem, że mój lekarz opuszcza innych pacjentów, śpieszy do mnie i mówi: „Prawie go straciliśmy”. Słyszałem wyraźnie, jak przemawia do mnie, leżącego na łóżku, lecz ponieważ utraciłem kontakt z ciałem, nie mogłem mu nic odpowiedzieć. Rozzłościłem się, gdy dostrzegłem, że chwyta strzykawkę i robi mi zastrzyk (później dowiedziałem się, że zaaplikował mi kamforę). Gdy serce zaczęło bić silniej, zostałem ściągnięty na powrót ku ciału. Zdenerwowało mnie to, gdyż niezwykle stan, jaki przeżyłem, niezwykle mnie zainteresował. Powróciłem do ciała, a gdy tylko to się stało, utraciłem całą uprzednią jasność widzenia. [...] Doświadczenie owo nie zbladło z czasem w mojej pamięci, tak jak dzieje się to ze snami<sup>114</sup>.

### 3. Świadomość w ciele fizycznym bardzo ograniczona, sobowtór eteryczny zdaje się mieć świadomość

#### 3.1. nagle omroczenia

- Emilie Sagée<sup>115</sup>

W latach 1845–46 Julie von Guldenstube jako trzynastolatka, wspólnie z innymi dziećmi w grupach od 13 do 42 osób, była świadkiem bilokacji swojej 32-letniej nauczycielki francuskiego – Emilie Sagée.

---

<sup>113</sup> Wydarzenie opisał w raporcie przesłanym w 1937 roku Królewskiemu Towarzystwu Medycznemu w Edynburgu profesor anatomii miejscowego uniwersytetu – Auckland Geddes. Profesor tłumaczył, że nazwisko człowieka, który doświadczył tego zdarzenia, nie zostało ujawnione z powodu konieczności zachowania tajemnicy lekarskiej, jednak powszechnie uważa się, że Geddes przedstawił własne przeżycia.

<sup>114</sup> I. Currie, op. cit., s. 87–89, cyt. za: A. Geddes, *A Voice from the Grandstand*, „The Edinburgh Medical Journal”, t. XLIV, 1937, s. 367.

<sup>115</sup> W artykule na temat niezwykłego przypadku Emilie Sagée czytamy: „Emilia Sagée była nieświadoma swego sobowtóra. Widocznie podczas jego wydzielania sukcesywnie traciła świadomość, która migrowała do fantoma. Dowiedziała się o jego istnieniu dopiero od innych osób. Odkrywała go zwykle ze spojrzeń osób obecnych. Sama nigdy nie widziała zjawiska i świadomie nie czuła apatycznego odretwienia, w jakie popadała wówczas, gdy sobowtór był zauważany przez innych”. Zob. [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*, op. cit. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstube opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.

Zdarzenia miały miejsce w biały dzień, w Pensjonacie von Neuwelcke. Aktywność sobowtóra Sagée polegała na:

- wiernym naśladowaniu pisania i jedzenia, ale bez niczego w swoich rękach,
- poruszaniu się niezależnie od Sagée oraz pozostawaniu w bezruchu, kiedy Sagée się przemieszczała,
- pojawianiu się w pełni zdrowia, podczas gdy Sagée była poważnie chora.

Pozornie sobowtór ten unikał dotyku, ale w rzeczywistości był niematerialny (pewna dziewczynka przeszła przez ciało sobowtóra)<sup>116</sup>.

Francuzka z Dijon, panna Emilia Sagée, była inteligentna i wykształcona, a dyrektorzy Instytutu wyrażali zadowolenie z jej pracy, pilności i doświadczenia. Wkrótce zauważono, że niekiedy postać nauczycielki „rozdwaja się”. Wywołało to wielką sensację. Czasami, gdy nauczycielka podniosła się z krzesła, postać fantoma pojawiała się na nim w pozycji siedzącej. Innym razem, gdy panna Sagée leżała chora, jedna z wychowanek czytała jej książkę. Nagle wychowawczynie znieruchomiła i zbladła. Na pytania przerażonej dziewczyny odpowiadała niezwykle słabym, gasnącym głosem. Chwilę potem pensjonarka dostrzegła zupełnie wyraźnie postać wychowawczynie przechadzającą się po pokoju. Te fenomeny pojawiały się z różnymi modyfikacjami przez cały czas pracy panny Sagée w Instytucie, tj. przez półtora roku. Zauważono przy tym, że im lepiej jej sobowtór był widzialny, tym bardziej nauczycielka stawiała się odrętwiała i osłabiona. Gdy sobowtór znikał, siły nauczycielce wracały. Gdy liczba wychowanek zakładu zaczęła maleć, Emilia Sagée dostała wymówienie. Jak się okazało, nie było to pierwsze wymówienie pracy w jej życiu. Powód był zawsze ten sam – obserwowane powtarzające się zjawisko bilokacji<sup>117</sup>.

Pewnego wieczoru wszystkie pensjonarki (42) zebrały się w jednym pokoju i zajęły się haftowaniem. Była to obszerna sala na pierwszym piętrze, z czterema dużymi oknami i z oszklonymi drzwiami, otwierającymi się na dziedziniec i umożliwiającymi wyjście po schodach do dużego ogrodu przed domem. Dziewczęta siedziały przy dużym stole, skąd mogły dobrze widzieć wszystko, co działo się w ogrodzie. Zajęte haftowaniem, w pewnej chwili dostrzegły niedaleko domu pannę Sagée zajętą jej ulubioną pracą – pielęgnacją kwiatów. Tymczasem przy stole siedziała na fotelu druga panna Sagée pilnująca wychowanek. Po chwili dama opuściła pokój i fotel został pusty, ale tylko na krótki czas, gdyż nagle znowu pojawiła się na nim panna Sagée. Dziewczęta spojrzęły natychmiast na ogród i dostrzegły ją tam nadal wykonującą swą pracę. Zauważyły jednak, że porusza się bardzo powoli i ospale, podobnie jak osoba śpiąca lub wyczerpana. W fotelu siedziała postać milcząca i nieruchoma, ale tak rzeczywista, że gdyby dziewczęta nie widziały jej aktualnie w ogrodzie i gdyby nie zjawiła się na fotelu nagle, choć przedtem opuściła pokój, byłyby przeświadczone, że jest to właśnie ona. Będąc przekonanymi, że nie jest to osoba rzeczywista oraz będąc w pewnym stopniu już oswojonymi z tym dziwnym fenomenem, dwie najodważniejsze dziewczyny zbliżyły się do nauczycielki i dotknęły jej. Oznajmiły, że napotkały niewielki opór, który porównały do dotknięcia tkaniny przypominającej muślin lub krepę. Jedna z nich

---

<sup>116</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Przypadek opisany przez Roberta Dale’a Owena na podstawie relacji lotewskiej arystokratki Julie von Güldenstübbe.

<sup>117</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit. Nie podano źródła.

zbliżyła się do fotela i przeszła istotnie przez część postaci, zjawisko jednak pozostało niezmienione, jak przedtem. W końcu zniknęło stopniowo: wtedy zauważono, że panna Sagée z właściwym jej ozywieniem podjęła znowu swą pracę przy kwiatkach<sup>118</sup>.

### 3.2. Ciało fizyczne w chorobie

- żona Johna Donne’a

W 1612 roku w Paryżu angielski poeta metafizyczny John Donne zobaczył sobowtóra swojej żony. Było to tej samej nocy, w której wydała na świat martwą córkę.

Dwa dni po przyjeździe pan Donne został sam w pokoju, w którym wcześniej wraz z Sir Robertem i kilkorgiem przyjaciół wspólnie spożywali obiad. Sir Robert wrócił tam po półgodzinie i zastał Donne’a tak jak go zostawił, tyle że Donne był w stanie ekstazy, która odbiła się na jego obliczu. Stan ten tak zdziwił Sir Roberta, że pragnął dowiedzieć się, co zdarzyło się w czasie tak krótkiej jego nieobecności. Donne nie potrafił udzielić przytomnej odpowiedzi, jednak po długiej przerwie w końcu odrzekł: „Od kiedy wyszedłeś, nie opuszcza mnie straszliwa Wizja: moja ukochana żona dwukrotnie minęła mnie w tym pokoju, włosy opadały jej na ramiona, a w ramionach trzymała zmarłą córkę. To właśnie widziałem”. Sir Robert odpowiedział na to: „Oczywiście, od czasu, kiedy Pana widziałem, z pewnością Pan spał. To jest przyczyną tego melancholijnego snu, o którym pragnąłbym, by Pan zapomniał, bowiem już Pan nie śpi”. Odpowiedzią Donne’a było: „Nie mogę mieć większej pewności, że żyję i że wtedy nie spałem, równie pewien jestem jej ponownego pojawienia się. Zatrzymała się, spojrzała mi prosto w twarz i zniknęła [...]. W tym czasie Donne rzeczywiście był zatroskany o swoją ciężarną żonę i sam był ofiarą poważnych chorób. [...] Pani Donne była wówczas przykuta do łóżka w posiadłości rodziny Drury w Londynie<sup>119</sup>.

- Frederick Carne Rasch

W 1905 roku sir Gilbert Parker, członek brytyjskiego parlamentu, brał udział w debacie w Izbie Gmin. W czasie debaty zauważył sir Fredericka Carne’a Rascha siedzącego na swoim miejscu. Wydawało się to niemożliwe, odkąd sir Rasch zachorował na gripę, również według domowników pozostał w łóżku przez cały dzień. Najwidoczniej sobowtór Rascha był zdeterminowany, by wziąć udział w debacie<sup>120</sup>.

---

<sup>118</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*, op. cit. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstube opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.

<sup>119</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Na podstawie relacji Izaaka Waltona, cyt. za: I. Walton, *Life of Dr John Donne*, [b.m.] 1675.

<sup>120</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Nie podano źródła.

#### 4. Migracje świadomości – świadomość naprzemiennie występuje w ciele fizycznym i eterycznym

- anonimowy przypadek

Zachowywałam świadomość rozgrywających się wydarzeń podczas przebywania w dwóch miejscach odległych od siebie o 2–30 km w naszej rzeczywistości, w obu cieleśnie. Świadomie nie przebywałam w nich jednak równocześnie. Robiło to takie wrażenie, jakby moja świadomość przeskakiwała z jednej do drugiej postaci, przy czym zdarzało się, że byłam dobrze widziana w obu miejscach w tym samym czasie przez różnych ludzi, prowadziłam z nimi rozmowy albo wykonywałam pracę, której się podjęłam. Z mojego punktu widzenia w pewnym momencie zniktałam z jednego miejsca i pojawiałam się w drugim, pamiętając jedynie wycinki rozgrywających się w obu miejscach wypadków. Dlaczego moje żywe ciało jakby rozdawało się i uczestniczyło w dwóch różnych ciągach wydarzeń, których nie byłam w stanie w całości zapamiętać<sup>121</sup>?

#### 5. Zarówno ciało fizyczne, jak i ciało eteryczne ma świadomość

##### 5.1. Sobowtór eteryczny naśladuje ruchy ciała fizycznego

- Emilie Sagée

Podczas wykładu, gdy nauczycielka pisała kredą na tablicy, dziewczęta zauważyły z przerażeniem dwie panny Sagée stojące obok siebie. Były one identyczne i wykonywały te same ruchy, z tym że osoba rzeczywista trzymała w ręku kawałek kredy i pisała nim, podczas gdy sobowtór jedynie naśladował czynność pisania.

Wypadek ten wywołał naturalnie w zakładzie wielką sensację. Każda z dziewcząt widziała drugą postać, a wszystkie były zgodne w opisie jej wyglądu i ruchów. [...] Upływały miesiące, a podobne fenomeny wciąż się mnożyły. Niekiedy podczas obiadu sobowtór nauczycielki zjawiał się z tyłu jej krzesła i powtarzał jej ruchy, jednak nie miał ani noża, ani widelca, a także spożywanego pokarmu. Świadcami tych wydarzeń były wszystkie pensjonarki oraz pracownicy zakładu<sup>122</sup>.

---

<sup>121</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, op. cit. Na podstawie dokumentacji pochodzącej z Proceedings of the Society for Psychical Research.

<sup>122</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*, op. cit. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstubbé i opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.

## 5.2. Świadomość ciała eterycznego jest odrębna

- doktor inżynier Karl Sch.

Doktor inżynier Karl Sch. był pochłonięty konstrukcją budowy teatru. Widział siebie nad deską kreślarską kreślącego rysunek. Później postać rozplynęła się, ale rysunek pozostał – doktor znalazł rozwiązanie<sup>123</sup>.

- Johann Wolfgang Goethe

Jechałem tedy ścieżką do Drusenheimu i tam zaskoczyło mnie coś bardzo dziwnego. Widziałem własnego sobowtóra wychodzącego na powitanie mnie, na koniu, ale ubranego w strój, jakiego nigdy nie miałem. Był lekko szary i przetykany złotem. Wkrótce mara ta znikła kompletnie. Co jednak ciekawe, osiem lat później w takim właśnie ubraniu jechałem tą samą drogą, aby spotkać Fryderykę<sup>124</sup>.

- Percy Bysshe Shelley – angielski poeta romantyczny

Powiedział mi, że od dłuższego czasu ma wizje – wychodząc na taras, spotkał swoją osobę, która zapytała go: „Jak długo masz zamiar być szczęśliwy?”. Nienazbyt okrutne słowa i zdecydowanie żadna profecja tego, co miało się zdarzyć. Będąc chorym, Shelley często widział takie osoby. Najdziwniejszą jednak jest opowieść Pani W[illiams], która też go zobaczyła. [...] Pewnego dnia, a był to dzień poprzedzający moją chorobę, [15 czerwca] stała w oknie wychodzącym na taras Państwa Trelawny, a był to dzień, w którym, jak jej się zdawało, dostrzegła Pana Shelleya wychodzącego przez drzwi, jak miał w zwyczaju, nieodzianego ani w płaszcz, ani w marynarkę. Przeszedł jeszcze raz, po czym jeszcze dwukrotnie wychodził na taras. Od strony tarasu nie było innego wejścia do domu (poza oknem na wysokości 2 metrów). Pani Williams była zaskoczona, widząc go dwukrotnie wychodzącego, więc rozejrzała się, a nie widząc go jęła krzyżeć: „Wielki Boże! Shelley spadł z wysokości? Gdzie może być?”. Trelawny odpowiedział, że „żaden Shelley tędy nie przechodził”. Zapytał: „Co się stało, Pani Trelawny?”. Trelawny oznajmiła, że usłyszawszy to, jęła trząść się i rzeczywiście potwierdziło się, że Shelley nigdy nie był na tarasie, a w czasie, gdy go ponoć widziała, był w dalekiej podróży<sup>125</sup>.

Przykłady, w których ciało fizyczne leży pogrążone we śnie lub znajduje się w transie, stały się przesłanką dla twierdzenia, że we śnie może następować pewnego rodzaju eksterioryzacja świadomości. Jak pisze Ian Currie, okultyści od dawna wierzą,

---

<sup>123</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 82.

<sup>124</sup> [brak autora], *Znaleźć się w dwóch miejscach jednocześnie. Tajemnice bilokacji*, op. cit. Relacja Johanna Wolfganga Goethego. Nie podano źródła.

<sup>125</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Na podstawie listu, który 15 sierpnia 1822 roku podczas pobytu w Pizie napisała żona poety – Mary Shelley, autorka Frankenstein, do Marii Gisborne. Kobieta opisała relację męża, który podobno spotkał swego sobowtóra i usłyszał od niego przepowiednię swojej rychłej śmierci.

iż jaźń za każdym razem podczas snu opuszcza ciało, chociaż większość ludzi jest tego nieświadoma. Najczęściej zdarza się, że duch podróżuje w stanie nieświadomości, a więc po przebudzeniu dana osoba nie pamięta swoich doświadczeń<sup>126</sup>. Jak wynika z przytoczonych relacji, „sobowtór eteryczny” może czasem wydawać się świadomy i zdobywać realne informacje, które zapamiętuje i przenosi, wraz ze świadomością, do ciała fizycznego. Przykładowo o. Alfonso de Liguori, śpiąc, miał być świadkiem zgonu papieża Klemensa XIV – wydarzenia, które naprawdę miało miejsce. Podobnie Olle – z drugiego przykładu w tej grupie – widział we śnie realnie istniejący dom. Można by zatem sądzić, że na tym właśnie polega jasnowidzenie – jest eksterioryzacją świadomości (dana osoba wysyła gdzieś swoją świadomość w celu zdobycia informacji). Świadomość osób z przytoczonych przykładów znalazła się w innym miejscu, ale w tym samym czasie. Nie byłaby to jednak żadna przeszkoda, jeśli się założy, że czas jest tylko wartością właściwą planowi fizycznemu, nie dotyczącą ciał eterycznych. W ten sposób można by też tłumaczyć m.in. przypadek Percy’ego Bysse’ego Shelleya, któremu sobowtór przepowiada śmierć.

Z przytoczonych i wielu innych przykładów wyciągano wnioski, że informacje nie tylko są zdobywane przez ciało eteryczne, lecz są one także przekazywane innym ludziom zamieszkującym odległe tereny, właśnie za pośrednictwem tego ciała. Zjawisko to opisano w przypadku siostry Marii od Jezusa, która – fizycznie pogrążona w transie – według relacji zaszczepiała u Indian Jamano religię katolicką<sup>127</sup>.

Można by tu zastanawiać się, dlaczego – jak podają różne źródła – sobowtór eteryczny jest widzialny przez innych ludzi. Przecież zdarza się, że gdy dostrzegają oni sobowtóra, nie śpią ani też nie znajdują się w transie, a więc nie są szczególnie „dostrojeni” do postrzegania energii z dalszych planów. W takich relacjach sobowtór eteryczny wydaje się mieć możliwość ukazywania innym, podczas gdy oni nie muszą mieć szczególnych zdolności, żeby go zobaczyć. Jak pisze Currie: „Znakomita większość tych, którzy widzieli zjawy, to zupełnie normalni ludzie. [...] Rzadko też się zdarza, by świadek miał więcej niż jedno czy dwa tego rodzaju spotkania w życiu. [...] Niewielu z nich [świadców] donosiło o jakichkolwiek poprzedzających spotkanie stresach, gwałtownych przeżyciach czy podnieceniu – większość czuła się absolutnie normalnie”<sup>128</sup>. W odniesieniu do przytaczanego już przypadku ukazywania się

---

<sup>126</sup> I. Currie, op. cit., s. 99.

<sup>127</sup> [brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*, op. cit. Nie podano źródła.

<sup>128</sup> I. Currie, op. cit., s. 36–37.

sobowtóra Emilie Sagée także nadmieniono, że sobowtór ten był widzialny dla wszystkich osób, niezależnie od wieku i płci<sup>129</sup>.

Na podstawie opisów można jednak sądzić, że stan psychofizyczny odbiorcy bywa czasem również zaburzony, co sprzyja postrzeganiu przez niego sobowtórów eterycznych. Przykładowo żona Johna Donne'a przeżywała ciężki poród, którego skutkiem było wydanie na świat martwego dziecka. Być może wtedy straciła świadomość i wysłała sobowtóra eterycznego. Odbiorca sobowtóra – pan Donne – również znajdował się wówczas w dziwnym stanie i, jak mówi przekaz, często chorował. Z relacji świadka wynika również, że nie jest wykluczone, jakoby pan Donne po prostu widział swoją żonę we śnie.

Sobowtór eteryczny może ponadto – jak wynika z relacji – być postrzegany jedynie w lustrze, o czym świadczą przypadki Abrahama Lincolna (!) i Emilie Sagée. Lustro jest ciekawym, powtarzającym się motywem, często towarzyszy zjawom w filmach i w literaturze, gdzie stanowi symbol granicy między dwoma wymiarami (zob. m.in. *Po drugiej stronie lustra* – wydana w 1871 roku drugą część przygód Alicji autorstwa Lewisa Carrolla, będącą kontynuacją *Alicji w Krainie Czarów*). Wizerunek sobowtóra w przytoczonych przykładach znajduje się w lustrze, a zatem na granicy wymiarów.

Z kolei przypadek Karla Sch. bywa w koncepcjach eksterioryzacji interpretowany jako dowód, iż sobowtór, rozumiany jako siła pomocnicza, jest być może bezpośrednio połączony z „Wielkim JA”, o którym była mowa wcześniej.

### 2.2.2. Opisy eksponujące formę

Istota, która w szczególnych warunkach, według opisów, wydziela się z osób deklarujących przeżycia pozacielesne, to nie zawsze dosłownie sobowtór eteryczny. Najczęściej jest nim rzeczywiście, to znaczy przypisuje się jej wygląd identyczny z odpowiadającym mu ciałem fizycznym, jednak nie zawsze. Currie podkreśla, że wiele form duchowych ma ludzki kształt, idealnie odwzorowujący realne ciało, nawet wraz z noszonymi zazwyczaj ubraniami. Co więcej, relacjonuje, iż ciała eteryczne ludzi, których ciało fizyczne spoczywa śpiące w łóżku, jest często opisywane jako postać

---

<sup>129</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*, op. cit. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstube opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.



ubrana w piżamę<sup>130</sup>. Do próby wyjaśnienia tego zjawiska próbowano włączyć teorię ideoplastii, czyli urzeczywistniania się idei (wyobrażenia), sformułowaną przez Juliana Ochorowicza – psychologa, filozofa, wynalazcę, poetę, publicystę i badacza psychologii eksperymentalnej w zakresie zjawisk mediumicznych. Związek umożliwiający takie urzeczywistnienie badacz nazwał asocjacją ideo-organiczną, czyli skojarzeniem pomiędzy wyobrażeniem pewnego stanu organicznego a samym stanem organicznym<sup>131</sup>. Ideoplastia, następująca wskutek zagęszczenia eteru do postaci widzialnej, co miałoby być dziełem określonego medium, nie jest współcześnie teorią uznawaną. Oparta była bowiem na hipotezie eteru, a tę wyparła teoria względności. Nie zmienia to jednak faktu, że nadal wiele osób przyjmuje, iż to wyobrażenia osoby wydzielającej sobowtóra eterycznego jest podstawą jego „formy”, że tworzy go wola, która nie ginie nawet po śmierci. Przy takim założeniu zjawa – jak już nadmieniałam – często podobno wyglądająca tak jak „realna” osoba, nie wyłączając ubrania, stanowiłaby wyobrażenie pewnego *ja* o sobie samym. Określenie wyglądu *ja* eterycznego można by wówczas uznać za uzależnione od wcześniej określonego wyglądu *ja* fizycznego (zob. wspomniane w podrozdziale 1.1. stadium lustra Lacana). Ten wniosek może z kolei implikować przytoczoną już wcześniej tezę: wszystko jest wyobrażone.

Currie twierdzi, że czasami ciała astralne bywają przezroczyste, choć pod każdym innym względem przypominają swoje materialne odpowiedniki. Czasami też występują jako forma, która niczym nie przypomina postaci jakiegokolwiek humanoida<sup>132</sup>, co jednak nie wyklucza teorii wyobrazeniowej, bowiem znów wszystko zależy właśnie od myśli. Dana osoba może wyobrazić sobie swoje ciało eteryczne, jakkolwiek chce, nawet brak wyobrażenia (wskutek braku umiejętności wizualizacji, a może celowego niestworzenia żadnego konkretnego kształtu) pociąga za sobą odczucie ciała eterycznego jako pewnego rodzaju mistycznej nicości, zarówno przez osobę, która to ciało wysyła, jak i – ewentualnie – przez tych, którzy odbierają jego obecność. Robert Monroe – amerykański biznesmen i parapsycholog, muzyk, pionier badań nad ludzką świadomością i doznaniem poza ciałem, autor bestsellerowej trylogii: *Podróże poza ciałem*, *Dalekie podróże* i *Najdalsza podróż*, założyciel The Monroe Institute, a także twórca unikalnej techniki dźwiękowej Hemi-Sync, o której będzie

---

<sup>130</sup> I. Currie, op. cit., s. 110.

<sup>131</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne...*, s. 132.

<sup>132</sup> I. Currie, op. cit., s. 110.

mowa w dalszej części pracy – twierdzi, że większość zjaw przybiera kształt bardzo podobny do kształtu materialnego, ponieważ każdy z nas jest przyzwyczajony do takiej postaci. Jednak może to być w istocie jakikolwiek kształt, a nawet jego brak. Sam Monroe po licznych, jak twierdził, podróżach poza ciało zauważył, że jego astralna postać zaczyna kolejno tracić ludzkie członki. „W końcu stała się kalekim, jajowatym kształtem”<sup>133</sup>. Na podstawie tej relacji można stwierdzić, że podróżnik w miarę rozwijania zdolności parapsychicznych odchodził od wyobrażenia swojej fizycznej formy, która – według wcześniejszej interpretacji teorii stadium lustra Lacana – mogła zostać wytworzona kulturowo.

Co ciekawe, ciało eteryczne bywa często opisywane jako byt połączony z ciałem fizycznym czymś w rodzaju sznura. W tym kontekście warto przywołać niezwykle efekty badań Helen Wambach – amerykańskiej psycholog, która poddała hipnozie zbiorowej ponad 2000 osób, doprowadzając 90% z nich do uzyskania wspomnień z poprzednich wcieleń fizycznych, a 750 osób – do uzyskania wspomnień z czasu rodzenia się. Jak informuje autorka: „Analiza 750 otrzymanych odpowiedzi wykazuje, że 89% z nich podało, iż dopiero po sześciu miesiącach ciąży stali się częścią płodu. Wielu zaś jeszcze potem przebywało na zmianę »w płodzie i na zewnątrz« niego. Mając dojrzałą własną świadomość, uważali, że płód jest dla nich zbyt mało rozwiniętą formą ciała. Największa grupa – 35% – twierdziła, że z ciałem połączyła się krótko przed porodem bądź w jego czasie. W grupie osób, które poinformowały o dłuższym niż 5 miesięcy powiązaniu z ciałem, podawano także, iż znajdowano się raz w ciele, a raz obok niego i obok matki”<sup>134</sup>. Na podstawie tych wyników można byłoby postawić tezę, że doświadczenie poza ciałem jest pewnego rodzaju regresją – wspomnieniem własnych narodzin, a ów sznur – czymś w rodzaju wspomnienia pępowiny. Sznur łączący ciało eteryczne z fizycznym pojawia się w wielu opisach (zob. np. relację Sylvana Muldoona zamieszczoną w punkcie 1. klasyfikacji pod względem formy w niniejszym podrozdziale pracy). Także Arthur E. Powell nadmienia: „W pewnych warunkach ciało eteryczne może się chwilowo oddzielić od ciała fizycznego, choć zawsze pozostanie połączone z nim nicią lub przewodem z materii eterycznej”<sup>135</sup>. Według niektórych opisów OOBE osoba doświadczająca tego zjawiska sama siebie postrzega jako ów sznur (zob. relację osoby pogrążonej w głębokiej hipnozie na temat doświadczenia

---

<sup>133</sup> Ibidem, s. 114.

<sup>134</sup> H. Wambach, *Życie przed życiem*, [b.r.m.] s. 26. Pobrano z: *Biblioteka rozwoju duchowego*. Dostępne w internecie: <http://www.ksiegozbiory.cba.pl/ksiegi.html> [dostęp: 17.04.2014].

<sup>135</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 71.

śmierci zamieszczoną w punkcie 4. klasyfikacji pod względem formy w niniejszym podrozdziale pracy).

Poniżej przedstawiam kolejną – wyłaniającą się z publikacji – klasyfikację ciał duchowych, tym razem pod względem formy:

### 1. sobowtór eteryczny – ciało eteryczne identyczne z ciałem fizycznym

- Sylvan Muldoon

Zrobiłem krok, kiedy na moment ucisk się wzmógł i wyrzucił moje ciało na zewnątrz pod ostrym kątem. Udało mi się obrócić. Było nas dwóch! [...] Na łóżku spokojnie leżał „drugi ja”! Trudno mi było przekonać samego siebie, że to rzeczywistość, ale świadomość nie pozwalała mi wątpić w to, co widzę. Moje dwa identyczne ciała połączone były ze sobą czymś w rodzaju elastycznego przewodu, którego jeden koniec przymocowany był do okolic *medulla oblongata* astralnego odpowiednika, podczas gdy drugi umieszczony był pomiędzy oczami<sup>136</sup>.

### 2. Ciało eteryczne zmienione w porównaniu z ciałem fizycznym

- Robert Monroe

Stałem pośrodku pokoju, a jednak zdołałem osiągnąć odległej o dwa i pół metra ściany. [...] Usilnie starałem się wyciągnąć ramię i nagle [...] wyczułem palcami ścianę. Po prostu, wyciągając rękę, zdołałem wydłużyć ją dwukrotnie [...]. Gdy zaprzestałem wysiłku, ramię znowu przybrało zwykły kształt. Dostarcza to kolejnego dowodu, że możliwe jest przybranie każdej formy, o jakiej – świadomie lub nieświadomie – pomyślimy<sup>137</sup>.

### 3. Ciało eteryczne w ciele fizycznym obcej osoby. „Opętanie żywych przez żywych”<sup>138</sup>

- Robert Monroe

Sądziłem, że po prostu wróciłem do swojego materialnego ciała. Gdy otworzyłem oczy, znajdowałem się w obcym łóżku. Obok mnie siedziała obca kobieta. Gdy zobaczyła, że się obudziłem, uśmiechnęła się do mnie. Za jej plecami dostrzegłem drugą, starszą niewiastę. Wydawały się uradowane, że odzyskałem

---

<sup>136</sup> N. Drury, op. cit., s. 34–35, cyt. za: S. Muldoon, H. Carrington, *The Projection of the Astral Body*, 1971, s. 52.

<sup>137</sup> I. Currie, op. cit., s. 113, cyt. za: R. A. Monroe, *Journeys Out of the Body*, Nowy Jork 1971, s. 170.

<sup>138</sup> Ten fenomen nie jest zamierzony, a osoba opętana znajduje się zazwyczaj w stanie głębokiego snu lub jest poważnie chora (zob. I. Currie, op. cit., s. 127). Ciało eteryczne Monroe’a łączyło się, jak twierdził, automatycznie i mimowolnie z ciałem fizycznym jednego z mieszkańców tzw. Obszaru III. Jest to, jego zdaniem, fizyczno-materialny świat (zob. K. Boruń, op. cit., s. 128).

świadomość, gdyż długo chorowałem. Przekonane były, że teraz już wszystko potoczy się pomyślnie. Pomogły mi wstać i włożyć ubranie (rodzaj szlafroka), ja jednak dobrze wiedziałem, że nie jestem tym, za kogo mnie biorą. Próbowałem im o tym powiedzieć, lecz one uspokajały mnie, najwyraźniej sądząc, że majaczą. [...] Byłem pewny, że nie mogę zostać ani chwili dłużej, więc mimo ich sprzeciwu wyszedłem na dwór. Spróbowałem ruszyć do przodu [...], zacząłem wznosić się powoli [...]. Nagle [...] znalazłem się wysoko w powietrzu nad wiejskim krajobrazem usianym maleńkimi sześcianami domów. Wyglądał znajomo, wydawało mi się, że dostrzegłem nasz dom [...]. Zniżyłem lot i w następnej chwili nawiązałem kontakt z materialnym ciałem. Usiadłem na łóżku [...] i z ulgą rozejrzałem się wokół. Trafiłem we właściwe miejsce<sup>139</sup>!

#### 4. Inna forma

- relacja osoby pogrążonej w głębokiej hipnozie, opisującej doświadczenie śmierci

Dr N. – Kiedy twoje światło rozszerza się, to jak wyglądasz?

P. – Jak cienki sznurek... zwisający...<sup>140</sup>

- Anonimowy przypadek

Czułem się, jakbym był jednym jedynym, szeroko otwartym okiem o średnicy około sześciu centymetrów<sup>141</sup>.

- Anonimowy przypadek

Nie było to po prostu inne ciało, [a] raczej pole magnetyczne lub elektryczne<sup>142</sup>.

- Robert Monroe

zamglony kawałek szarego tiulu<sup>143</sup>

- Von Szalay

dziwaczny cień o kształcie trapezoidalnym, mniej więcej wysokości człowieka<sup>144</sup>

---

<sup>139</sup> I. Currie, op. cit., s. 127, cyt. za: R. Monroe, op. cit., s. 160–161.

<sup>140</sup> M. Newton, *Wędrowka dusz...*, s. 18.

<sup>141</sup> I. Currie, op. cit., s. 111.

<sup>142</sup> Ibidem.

<sup>143</sup> Opis według relacji niejakiej R.W (zob. I. Currie, op. cit., s. 112).

<sup>144</sup> I. Currie, op. cit., s. 112. Zarówno Robert Monroe, jaki i von Szalay twierdzili, że przemieszczając się poza ciałem, mieli świadomość, gdzie się kierują, zaś osoby, które widziały dziwne kształty (będące hipotetycznie ich ciałami astralnymi), dopytywały się później owych podróżników, czy to może oni zawitali do ich domów (zob. I. Currie, op. cit., s. 112).

## 5. Brak formy

- anonimowy przypadek

Jestem tu, na górze, a jednocześnie leżę w łóżku tam, w dole. Ciekawa byłam, czy zdołam obudzić męża i opowiedzieć mu o wszystkim, lecz okazało się, że nie mam rąk, którymi mogłabym go dotknąć; nie było mnie – mogłam tylko patrzeć<sup>145</sup>.

### 5.1. Brak formy, jednak ze świadomością zajmowania pewnej przestrzeni

- anonimowy przypadek

Moje „ja” nie posiadało ani materialnej treści, ani jakiegokolwiek określonej formy, a jednak byłem świadom, że zajmuję pewną przestrzeń – jajowatą sferę, długą na około osiemdziesiąt centymetrów, a szeroką na trzydzieści. Było tak, jakbym – przynajmniej ta część mnie, która odpowiada za myślenie – został zamknięty w niewielkiej bańce<sup>146</sup>.

- anonimowy przypadek

Byłem bezcielesny, lecz przebywałem w niewielkiej przestrzeni o określonej wielkości i położeniu<sup>147</sup>.

## 2.2.3. Inne opisy doświadczeń poza ciałem

Jak można wywnioskować z relacji osób, które – jak twierdzą – przeżyły OOB, skala ich podróży jest zróżnicowana. Oddalenie ciała eterycznego od fizycznego podczas eksterioryzacji, zgodnie z tymi relacjami, może być małe:

- Emilie Sagée

Podczas osiemnastu miesięcy, w których baronówna von Gtildenstube oraz inni świadkowie mieli okazję obserwowania sobowtóra Emilie Sagée i zdawania o nim relacji, nie zauważono zjawienia się fantoma w znacznej odległości, np. kilku kilometrów od rzeczywistej osoby. Czasami pojawiał się on

---

<sup>145</sup> I. Currie, op. cit., s. 113, cyt. za: C. Green, op. cit., s. 36.

<sup>146</sup> I. Currie, op. cit., s. 111.

<sup>147</sup> Ibidem.

w niedużym oddaleniu podczas spacerów panny Sagée po okolicy, najczęściej jednak zjawisko to było obserwowane wewnątrz domu<sup>148</sup>.

bądź duże: przykładowo Robert Monroe pokonywał w ciele eterycznym ogromne odległości (wiele kilometrów od swojego fizycznego ciała)<sup>149</sup>.

Ciało eteryczne, według relacji podróżników, charakteryzuje się możliwością przenikania, zarówno przez obiekty materialne, jak i ciała innych ludzi:

- anonimowy przypadek

I wówczas stało się coś, co zdumiało mnie wtedy i zdumiewa do dziś. Oddaliłem się od mojego ciała ku drzwiom, zamierzając otworzyć je i wyjść na dwór. Jednakże – ku mojemu najgłębszemu zdumieniu – przekonałem się, że drzwi nie stanowią dla mnie najmniejszej przeszkody. Po prostu przez nie przeniknąłem<sup>150</sup>.

- Robert Monroe

Przenikanie przez budynki, drzewa i nierówności terenu w trakcie błyskawicznych podróży odbywanych w astralnym ciele. „To nieco zbija z tropu, gdy – głową do przodu – pędzimy w stronę budynku czy drzewa, by przez nie przeniknąć”<sup>151</sup>.

- Sylvan Muldoon

Gdy idąc ulicą [poza ciałem], napotykamy ucieleśnionego przechodnia, odruchowo odsuwamy się na bok. Z drugiej strony jednak z czasem przekonujemy się, że możemy bez trudu przechodzić na wskroś ciała materialnych osób<sup>152</sup>.

Czasem podróżnicy zwracają jednak uwagę na pewne problemy z przenikalnością<sup>153</sup>:

---

<sup>148</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowótora*, op. cit. Na podstawie relacji opartej na doniesieniu baronowej Julii von Guldenstube opublikowanej w londyńskim czasopiśmie „Light” w 1883 roku.

<sup>149</sup> K. Boruń, op. cit., s. 116.

<sup>150</sup> I. Currie, op. cit., s. 118, cyt. za: C. Green, op. cit., s. 69.

<sup>151</sup> I. Currie, op. cit., s. 119, cyt. za: R. Monroe, op. cit., s. 63.

<sup>152</sup> I. Currie, op. cit., s. 118–119, cyt. za: Muldoon i Carington, *The Projection of the Astral Body*, s. 290–291.

<sup>153</sup> Ciało eteryczne nie zawsze jest w stanie przenikać przez materię lub ma z tym pewne problemy. Ian Currie przyczynę tych trudności upatruje w niewystarczającej ilości ektoplazmy pobranej przez to ciało (zob. I. Currie, op. cit., s. 172).

- Robert Monroe

Gdy zbliżyłem się do ściany, okazało się, że nie mogę się w nią zagłębić [...], napierałem wyciągniętymi ramionami [...]. Po chwili opór ustąpił, a potem przeszedłem na drugą stronę<sup>154</sup>.

Ian Currie twierdzi, że zdarzają się też przypadki sobowtórów eterycznych zwierząt. Na poparcie tego wniosku podaje opis zaobserwowania zjawy kota, który po śmierci ukazał się swojej właścicielce, jej siostrze, przyjaciółce siostry, a także służącej<sup>155</sup>.

Według badacza sposób poruszania się ciał eterycznych jest bardzo zróżnicowany. Mogą to być: kroczenie, bieg, ślizganie się w powietrzu tuż nad ziemią lub wznoszenie się wyżej. Jak podaje, czasami podróż polega na błyskawicznym znalezieniu się u celu, jako że kierunek tego rodzaju praktyk nadają myśli podróżników<sup>156</sup>. Autor twierdzi również, iż każda podróż przebiega inaczej. Jedni tylko myślą o swoim celu i już, natychmiastowo, są na miejscu. Inni zaś mają świadomość całej drogi<sup>157</sup>.

Na podstawie wielu opisów doznań opuszczania ciała można domniemywać, że również miejsca podróży pozacielesnych są wyznaczane przez myśli. Dokonana przez Roberta Crookalla analiza ponad tysiąca przypadków wyjścia poza ciało wykazała, iż 85% podróżników porusza się po świecie zamieszkanym przez żyjących. Pozostałe 15% udaje się do krainy śmierci, zamieszkałej przez zmarłych. Spotkania ze zmarłymi mogą, według autora, odbywać się w dwojakim otoczeniu: w materialnym świecie, znanym z życia codziennego, lub w nieznannej astralnej krainie. Jak wynika z relacji, Robert Monroe „spotkał” w swojej własnej sypialni kobietę, którą na podstawie fotografii zidentyfikowano później jako od dawna nieżyjącą. Twierdził on, że poprzez jej ciało mógł dostrzec znajdujące się za nią okno<sup>158</sup>. Wspomniana astralna kraina jest opisywana przez większość „podróżników” podobnie – jako piękny teren przypominający park<sup>159</sup>. Monroe nazywa określone obszary świadomości – miejsca podróży astralnych – Focusami. Przykładowo: C1 jest to rzeczywistość fizyczna; Focus 22 – obszar świadomości zamieszkiwany przez osoby żyjące fizycznie znajdujące się pod wpływem narkozy, pogrążone w śpiączce, pod wpływem alkoholu, narkotyków,

<sup>154</sup> I. Currie, op. cit., s. 119, cyt. za: R. Monroe, op. cit., s. 172.

<sup>155</sup> I. Currie, op. cit., s. 34–35.

<sup>156</sup> Ibidem, s. 119–120.

<sup>157</sup> Ibidem, s. 104.

<sup>158</sup> Ibidem, s. 121–122.

<sup>159</sup> Ibidem, s. 122.

w stanie delirium, cierpiące na choroby psychiczne; Focus 23 – obszar zamieszkały przez osoby zmarłe; Focusy 24, 25, 26 – Terytorium Systemu Przekonań (grupowe wierzenia, np. religijne, tworzące niefizyczną rzeczywistość); Focus 27 – obszar, którego mieszkańcy żyją na zasadach pełnej wolności: tak, jak mogą sobie tylko wyobrazić; Focus 34/35 (Zgromadzenie) – obszar, w którym można komunikować się z bytami z innych planet, wszechświatów i wymiarów<sup>160</sup>.

Ludzie, którzy twierdzą, że doświadczyli wyjścia poza ciało, często deklarują ogromny wzrost potencjału mentalnego podczas tych przeżyć – według ich relacji myślenie stawało się wówczas szybsze i jaśniejsze<sup>161</sup>, a percepcja otoczenia była żywsza, dokładniejsza i bardziej drobiazgowa niż w cielesnej postaci. Źródła informują, iż OOB jest także odbierane przez doświadczających jako coś niezwykle realnego; mają oni pewność, że ich przeżycia są prawdziwe. Carl Gustav Jung wspominał o tym w opisie jednej ze swoich podróży: „Doświadczenie było uderzająco realne. Miało wymiar absolutnie obiektywny”<sup>162</sup>.

### 2.3. Funkcje przypisywane ciału eterycznemu

Arthur E. Powell twierdzi, że ciało eteryczne, podobnie jak ciało fizyczne, umiera i rozpada się, dzięki czemu dusza może przenieść się w następny okres swojej cyklicznej podróży<sup>163</sup>. „[Ciało eteryczne] jest pośrednikiem lub pomostem pomiędzy ciałem fizycznym a ciałem astralnym i przekazuje ciału astralnemu świadomość zmysłowych kontaktów za pośrednictwem mózgu astralnego, jak również doprowadza do mózgu fizycznego i systemu nerwowego świadomość z poziomu astralnego i wyższego”<sup>164</sup>. Zgodnie z tą teorią sobowtór eteryczny jest zatem traktowany jako pewnego rodzaju śmiertelny pośrednik między ciałem fizycznym a wyższym bytem – ciałem astralnym. To odmienne stanowisko od poglądu zakładającego nieśmiertelność ciała eterycznego, przy którym obstawali m.in. Ian Currie i Arnold Mindell. Zdaje się, że byt nazywany przez tych badaczy ciałem eterycznym stanowi według koncepcji Powella duszę lub ciało astralne. Autor ten twierdzi także, iż ciało eteryczne jest

---

<sup>160</sup> B. Moen, op. cit., s. 129–132.

<sup>161</sup> I. Currie, op. cit., s. 171.

<sup>162</sup> Ibidem, s. 90.

<sup>163</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 6.

<sup>164</sup> Ibidem, s. 9.



dostarczycielem materiału, z którego formuje się substancja zwana ektoplazmą<sup>165</sup>, oraz wchłania praną, czyli energię życiową, a następnie rozprowadza ją po całym ciele fizycznym<sup>166</sup>.

Helena Pietrowna Bławska, rosyjska pisarka, okultystka i współzałożycielka Towarzystwa Teozoficznego, z kolei porównuje praną, uważaną za siłę sprawczą wszystkich zjawisk, do tlenu, jako niezbędnego czynnika wszelkiego życia organicznego. Według autorki ciało eteryczne, będące pasywnym przewodnikiem życia, można zaś porównać do azotu – biernego gazu, który zmieszany z tlenem umożliwia oddychanie<sup>167</sup>. Jak twierdzi Bławska: „podobnie jak cząsteczki ciała stałego ulegają ciągłej wymianie i są zastępowane nowymi, pobieranymi z pożywienia, wody i powietrza, tak również cząsteczki ciała eterycznego podlegają ciągłej wymianie i na miejsce starych pojawiają się nowe cząstki eteryczne w postaci kuleczek siły życiowej”<sup>168</sup>. Także tutaj można zatem dostrzec zastosowanie wspomnianej już zasady: „jak na górze, tak i na dole”.

## 2.4. Warunki uznawane za konieczne do występowania i osiągnięcia OOB

Z opisów doświadczeń poza ciałem wynika, że eksterioryzacja może być zamierzona i celowa bądź też spontaniczna i nieplanowana. Poniżej przedstawiam podział, którego głównym kryterium jest celowość.

### 1. Doświadczenia poza ciałem zamierzone<sup>169</sup>

- Reverend William Stainton-Moses<sup>170</sup>

Pewnego wieczoru, na początku roku zeszłego [1878], postanowiłem ukazać się panu Z., który mieszkał w odległości kilku mil. Nie uprzedziłem go o doświadczeniu, jakie miałem przedsięwziąć, a położyłem się spać przed samą północą, ześrodkowując moją myśl na Z. Nie znałem zupełnie ani jego pokoju, ani

---

<sup>165</sup> Ibidem, s. 6.

<sup>166</sup> Ibidem, s. 9.

<sup>167</sup> Ibidem, s. 16.

<sup>168</sup> Ibidem, s. 24.

<sup>169</sup> Doświadczenia będące zwykle efektem długotrwałej pracy, dobierania i stosowania określonych sposobów, których opis znajduje się w dalszej części tego podrozdziału.

<sup>170</sup> Reverend William Stainton-Moses (1839–1892) – pastor anglikański, profesor i autor kilkunastu książek.

domu. Zasnąłem rychło i obudziłem się nazajutrz z rana bez żadnej świadomości, żeby cokolwiek się przytrafiło. Zobaczywszy się z Z. w kilka dni później, zapytałem go: Czy nic się nie przytrafiło u pana w sobotę wieczorem? – A jakże, przytrafiło się. Siedziałem z M. przy kominku, paliliśmy i gawędziliśmy. Około pół do pierwszej powstał on, chcąc odejść, ja zaś sam go odprowadziłem. Kiedy powróciłem na miejsce przed kominek dla dokończenia fajki, zobaczyłem pana [tj. W. Staintona-Mosesa] siedzącego w fotelu, który właśnie on opuścił. Utkwiłem wzrok w panu i wziąłem dziennik, aby się upewnić, że nie śnię, ale kiedy go odkładałem, widziałem pana jeszcze na tym samym miejscu. Kiedy tak patrzyłam, nic nie mówiąc, pan się rozwiąsał. Oczami wyobraźni widziałem pana leżącego na łóżku, jak zwykle o owej godzinie, a jednak ukazywał mi się pan ubrany w zwyczajny swój ubiór. – Zdaje się więc, że doświadczenie moje powiodło się – odrzekłem. Kiedy się przyszyłm razem panu ukazać – zapytaj mnie pan, czego chcę; miałem w umyśle parę zapytań, ale oczekiwałem prawdopodobnie zachęty. W kilka tygodni później wznowiłem doświadczenie z takim samym powodzeniem. Owym razem tak samo nie uprzedziłem Z. o swoim zamiarze. Nie tylko wypytywał mnie w pewnym przedmiocie, który był podówczas powodem gorącego pomiędzy nami sporu, ale wysiłkiem woli zatrzymał mnie przez jakiś czas, kiedy wyraziłem chęć odejścia. Kiedy oznajmiono mi o tym, zdawało mi się, że znalazłem wytłumaczenie silnego i dziwnego trochę bólu głowy, jaki czułem nazajutrz po doświadczeniu. Zauważyłem przynajmniej wtedy, iż nie było żadnej widocznej przyczyny tego niezwykłego bólu głowy. Tak samo jak i za pierwszym razem, nie zachowałem żadnego wspomnienia o tym, co wydarzyło się nocy poprzedzającej, a przynajmniej co, jak się zdaje, wydarzyć się miało<sup>171</sup>.

## 2. Doświadczenia poza ciałem niezamierzone

- Francuz o nazwisku Hymans

Obudziłem się rano, czując się bardzo źle (mam słabe serce), i wkrótce zemdlałem. Ku mojemu wielkiemu zdumieniu znów polatywałem pod sufitem, skąd mogłem dostrzec moje ciało – oczy były zamknięte – spoczywające nieruchomo na łóżku. Próbowałem bezskutecznie wejść w nie z powrotem, aż wreszcie doszedłem do wniosku, że umarłem [...]. Nie utraciłem jednak ani pamięci, ani świadomości. [...] mogłem spojrzeć na własną twarz. Ale niezdolny byłem do opuszczenia pokoju, czułem się [...] skrupowany, unieruchomiony w kącie, gdzie się znalazłem. Po godzinie czy dwóch usłyszałem pukanie do drzwi, lecz nie mogłem odpowiedzieć. Wkrótce w prześwicie pojawiła się postać portiera. Ujrzałem, że wchodzi do pokoju, spogląda na mnie z niepokojem i otwiera drzwi. Weszło kilka osób [...]. Zjawił się także lekarz. Dostrzegłem, że przyłożywszy stetoskop do mojej piersi, potrząsa głową, a potem wkłada do moich ust łyżeczkę. Wówczas straciłem świadomość i obudziłem się, leżąc w łóżku<sup>172</sup>.

---

<sup>171</sup> [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowótora*, op. cit. Na podstawie książki *Zjawy żywych* Gurneya, Myersa i Podmore'a. Przytoczone sprawozdanie zostało napisane w Londynie w lutym 1879 roku, zaś w 1883 roku dokonano w nim tylko kilku zmian, po uprzednim przedstawieniu go Mosesowi, który uznał je za dokładne.

<sup>172</sup> I. Currie, op. cit., s. 86–87, cyt. za: C. J. Ducasse, *A Critical Examination of the Belief in a Life After Death*, Illinois 1961, s. 161–162. Wydarzenia te, jak podaje badacz, zostały w pełni potwierdzone przez świadków.

### 3. Doświadczenia poza ciałem wymuszone<sup>173</sup>

- Francuz o nazwisku Hymans

Za pierwszym razem zdarzyło się to, gdy siedziałem w dentystycznym fotelu. Będąc w narkozie, czułem, że się obudziłem i unoszę się pod sufitem, skąd mogę, z najgłębszym zdumieniem, dostrzec nachylającego się nad moim ciałem dentystę i stojącego obok anestezjologa. Widziałem własne nieruchome ciało równie wyraźnie, jak inne znajdujące się w pokoju przedmioty<sup>174</sup>.

Z szerokiej literatury na temat zjawiska eksterioryzacji wyłaniają się sposoby stosowane przez hipotetycznych adeptów OOB (odnoszą się one do doświadczeń zamierzonych).

Do najczęściej powtarzających się należą:

#### 1. skupienie myśli na wyznaczonym celu, wizualizacja<sup>175</sup>

- nowojorski lekarz

Pewien nowojorski lekarz podróżował nocą z Jacksonville w stanie Teksas do Palatki na Florydzie. Tej nocy przeżył doświadczenie wyjścia z ciała. Myśląc o przyjacielu, który przebywał tysiące mil od niego, nagle spostrzegł, że znajduje się w ciele do złudzenia przypominającym jego własne, stoi w nieznanym pokoju i patrzy na odwróconego tyłem przyjaciela. Gdy ten dostrzegł go, zapytał: „Na Boga, co tu robisz? Sądziłem, że jesteś na Florydzie”, i podszedł do lekarza, który – chociaż słyszał jego słowa całkiem wyraźnie – nie był w stanie odpowiedzieć. W tej chwili znalazł się z powrotem w swym fizycznym ciele. Wkrótce otrzymał list, w którym przyjaciel opisywał mu owo wydarzenie. Opis był w najmniejszych szczegółach zgodny ze wspomnieniami doktora<sup>176</sup>.

---

<sup>173</sup> Tego rodzaju doświadczenia wymienia także Ian Currie. Zdaniem badacza „zazwyczaj wiążą się z upadkami, jakim ulega ciało materialne. Wydaje się, że »wypędzają« one duszę na jakiś czas z cierpiącej, ziemskiej powłoki. Powodem może być zaccadzenie, duszenie się, narkoza, ciężka choroba, utrata świadomości w wyniku urazu lub zażycie niektórych środków zmieniających świadomość”. (Zob. I. Currie, op. cit., s. 100). Należy jednak nadmienić, że – jak wynika z opisów doświadczeń przebywania poza ciałem – środki psychodeliczne mogą być zarówno generatorem OOB wymuszonych, jak i jednym ze sposobów osiągnięcia OOB zamierzonych. Często zdarza się bowiem, że są one zażywane właśnie w celu osiągnięcia OOB, o czym będzie mowa w dalszej części pracy. Co więcej, oderwanie się świadomości od ciała fizycznego wskutek np. jednego z wymienionych zdarzeń nie zawsze prowadzi do świadomego i pozostawiającego po sobie wspomnienie ulokowania tej świadomości w innym miejscu.

<sup>174</sup> I. Currie, op. cit., s. 86, cyt. za: C. J. Ducasse, op. cit., s. 161–162.

<sup>175</sup> Wiąże się to w pewnym sensie z teorią wyobrazeniową (wspomniana już materializacja wyobrażeń).

<sup>176</sup> I. Currie, op. cit., s. 41, cyt. za: I. Kaufman Funk, *The Psychic Riddle*, Nowy Jork 1907.

- Ćwiczenie zaproponowane przez Arnolda Mindella

W stanie relaksu należy wczuć się w esencję danego obiektu, „eksperymentuj z nadawaniem tej esencji obrazu ludzkiej postaci lub głosu. [...] Zachęcaj siebie do tego, aby pojawiła się twarz. Następnie spróbuj stać się zwizualizowaną postacią, niech twoja ludzka forma zmieni kształty. Poczuj tę twarz, zobacz ją, bądź ją. Wejź w jej naturę, w jej umysł. Gdy będziesz gotów, popatrz jej oczami na siebie i zobacz spoglądające na nią swoje »małe ja«”. Następnie autor zachęca do zadawania pytań „małemu ja”<sup>177</sup>.

- Carlos Castaneda<sup>178</sup> o relacji pewnej kobiety

Powiedziała, że czarownicy z jej linii zwykle zaczynali od wpatrywania się w jakiś nieskomplikowany przedmiot i zapamiętywania wszystkich jego szczegółów. Potem zamykali oczy, wyobrażali go sobie i poprawiali swoje wyobrażenie, porównując je z prawdziwym przedmiotem, dopóki nie ujrzeni go z zamkniętymi oczami w całej złożoności<sup>179</sup>.

Technika wizualizacji jest też czasem opisywana nieco inaczej: osoba chcąca „wyjść poza ciało” może spróbować wyobrazić sobie np. linię, po której ma się wspinać, bujanie się na huśtawce, obracanie wokół własnej osi. W tym przypadku ważny jest ruch<sup>180</sup>.

## 2. Medytacja i autosugestia jako metody osiągnięcia transu prowadzącego do OOB

Ossowiecki zalecał wprowadzenie się w trans, żeby przekroczyć granicę świadomości<sup>181</sup>, sam podobno wpatrywał się w tym celu w kryształową kulę<sup>182</sup>. Także Robert Monroe twierdził, że pogłębianie autosugestii i medytacji prowadzi do osiągnięcia stanu wibracji i „wyjścia poza ciało”<sup>183</sup>. Stan wibracji określa się jako charakterystyczny moment poprzedzający nastąpienie wyjścia, najsilniej odczuwany w kończynach, zapewne dlatego, jak pisze Powell, iż „materia eteryczna najbardziej promieniuje z kończyn ciała, z palców rąk i stóp”<sup>184</sup>. Istnieją opinie, że wibracje stanowią niejako uboczny skutek wyrównywania częstotliwości między wewnętrznym a zewnętrznym środowiskiem obserwatora, a także że nie zawsze sygnalizują

<sup>177</sup> A. Mindell, op. cit., s. 120–121.

<sup>178</sup> Antropolog amerykański, autor serii książek opisujących własną naukę szamanizmu od Indian z Meksyku.

<sup>179</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia*, Poznań 1998, s. 268–269.

<sup>180</sup> A. Posacki, *Neospirytyzm i pseudopsychologie*, Kraków 2012, s. 55.

<sup>181</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne...*, s. 218.

<sup>182</sup> K. Boruń, op. cit., s. 115.

<sup>183</sup> Ibidem.

<sup>184</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 55.

nadchodzącą zmianę stanu świadomości<sup>185</sup>. Jak twierdzi ks. Aleksander Posacki: „wchodząc w trans i zapominając o ciele, można osiągnąć wrażenie opuszczania ciała”. Trans, wywoływany przez autohipnozę, sugestię i afirmację, może – zdaniem autora – umożliwić paraliż ciała fizycznego i podnoszenie się z niego „sennym ciałem”<sup>187</sup>. Również inne źródła informują o udanych próbach wyjścia z ciała poprzez „relaksację, nieporuszanie się, wpatrywanie w ciemność przed oczami”. Zgodnie z tymi zaleceniami „po dojściu do granicy snu należy nie dać się porwać omamom i wpatrywać w ciemność, dojdziemy do momentu, że będziemy tracić świadomość i będą nas budzić wibracje, następny przystanek jest już poza ciałem”<sup>188</sup>.

Co ciekawe, zdaniem astrologów, również wpływy planetarne, powodując rozszerzanie się lub zagęszczenie eterycznej atmosfery, stwarzają dla medytacji mniej lub bardziej sprzyjające warunki<sup>189</sup>.

### 3. Technika świadomego snu

Jak twierdzi Posacki, najpierw należy wywołać świadomy sen (więcej o tym zjawisku zob. w podrozdziale 2.4.1. pracy), a następnie wykonać we śnie odpowiednią czynność. Zdaniem badacza może to być coś gwałtownego, na przykład skok z dachu, można też zacząć iść do tyłu lub zamknąć oczy i spróbować szybko wstać<sup>190</sup>. Źródła podają, że w stanie świadomego snu trzeba pokonać kilka barier – nazywanych przez Roberta Monroe’a Fokusami, zaś przez Carlosa Castanedę – bramami snienia, do których przekroczenia potrzebna jest energia i wiara w to, co robimy. Podkreśla się tu rolę świadomości: „jest [ona] jak fala, na której będziemy niesieni wyżej i coraz wyżej. Najpierw pojawiają się wibracje, następnie nasze ciało astralne odrywa się od ciała fizycznego i płynie na fali świadomości do odległych światów. Im więcej posiadamy energii, tym dłużej będziemy tam przebywać”<sup>191</sup>. Główną metodą stosowaną przez Muldoona, by „osiągnąć oddzielenie obu ciał, [także] był proces, który nazywał »panowaniem nad snem« (*dream control*)”<sup>192</sup>.

<sup>185</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/index.php?autocom=ibwiki&cmd=article&id=7> [dostęp: 20.04.2014].

<sup>187</sup> A. Posacki, op. cit., s. 56.

<sup>188</sup> Syriusz [pseud.], *Podróże astralne*. Artykuł dostępny w internecie: <http://okulta.pl/oobe-i-ld/item/139-podroze-astralne> [dostęp: 20.04.2014].

<sup>189</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 110.

<sup>190</sup> A. Posacki, op. cit., s. 56.

<sup>191</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/swiadomosc-Klucz-Do-Projeksji-Astralnej-t5646.html> [dostęp: 20.04.2014].

<sup>192</sup> N. Drury, op. cit., s. 34.

#### 4. Technika wykorzystująca indukcję fal mózgowych

Przy użyciu odpowiednich urządzeń wywołuje się określone fale mózgowy, które ułatwiają potencjalne wywołanie OOB<sup>193</sup> (więcej o tej metodzie zob. w podrozdziale 2.4.3. pracy).

#### 5. Technika narkotyzacji

Zdaniem Posackiego wrażenie opuszczenia ciała powodują przede wszystkim ketamina, fencyklidyna i inne dysocjanty, doprowadzające do blokady NMDA<sup>194</sup> (więcej na ten temat zob. w podrozdziale 2.4.2. pracy).

Jak twierdzi Bugaj, eksterioryzacja może mieć miejsce podczas snu lub wskutek zmęczenia, w stanie hipnozy, pod wpływem środków chemicznych, na skutek wypadku lub też szoku spowodowanego wypadkiem<sup>195</sup>. Badacz twierdzi, że „im bliższy jest kres życia, tym łatwiej można wysłać ciało astralne”<sup>196</sup>. Także Arnold Mindell zapewnia: „Kiedy zbliża się śmierć, każdy staje się własnym sobowtórem, bez względu na to, czy pracował nad sobą, czy nie. Każde z nas doświadczy swego sobowtóra. To doświadczenie jest twoim naturalnym prawem”<sup>197</sup>. Arthur E. Powell twierdzi, że u osób zdrowych oddzielenie się ciała eterycznego od ciała fizycznego jest trudne. Pisze o tzw. mediach fizycznych lub materializujących, u których ciało eteryczne oddziela się stosunkowo łatwo, a jego materia stanowi podstawę licznych zjawisk materializacji<sup>198</sup>. Autor nadmienia też, że „odłączenie się ciała eterycznego od jego fizycznego odpowiednika pociąga zazwyczaj za sobą wydatne zmniejszenie siły życiowej ciała fizycznego, ponieważ ciało eteryczne zawsze zyskuje na żywotności przy obniżaniu się energii ciała stałego”<sup>199</sup>.

---

<sup>193</sup> A. Posacki, op. cit., s. 57.

<sup>194</sup> Ibidem.

<sup>195</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 66.

<sup>196</sup> Ibidem, s. 35.

<sup>197</sup> A. Mindell, op. cit., s. 252.

<sup>198</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 10.

<sup>199</sup> Ibidem, s. 11.

### 2.4.1. Świadome sny, Śnienie

Zarówno zdaniem Olivera Foxa – teozofa żyjącego na początku XX wieku – jak i Sylvana Muldoona: „aby wywołać projekcję astralną, trzeba ciało uśpić, a umysł utrzymać w stanie czuwania”<sup>200</sup>. Podobnie pisze Bugaj: „wyjściu z ciała pomaga wolicjonalne opanowanie stanu granicznego między czuwaniem a snem”<sup>201</sup>. Ten szczególnie stan świadomego snu jest często traktowany jako klucz do zjawiska eksterioryzacji, jego podstawa. Koncepcję świadomego snu wprowadził w Stanach Zjednoczonych głównie Stephen La Berge, naukowiec z Uniwersytetu w Stanford. Napisał on pracę pt. *Lucid Dreaming: The Power of Being Aware in Your Dreams*. La Berge określał świadome śnienie jako „przebudzenie się w czasie trwania snu i poruszanie się w snach, jednak bez faktycznego wybudzenia się ze snu”<sup>202</sup>. Mindell twierdzi jednak, że Śnienie<sup>203</sup> następuje także podczas dnia, za każdym razem, gdy „ogarnia nas lekka senność, gdy pojawia się to, co nazywamy intuicją lub nagłą fantazją, kiedy doświadczamy zmiany nastroju lub odczuwamy dziwne wrażenia cielesne”<sup>204</sup>. Autor rozszerza więc ideę świadomego śnienia i nadaje jej znaczenie „przebudzenia w trakcie Śnienia nie tylko w nocy, ale również podczas dnia”<sup>205</sup>. Wartość tego szczególnego stanu umysłu podkreślają następujące stwierdzenia: „Śnienie poprzedza wszystko i jest rodzicielem wszelkich duchowych tradycji”<sup>206</sup>, „rzeczywistość wywodzi się ze Śnienia”<sup>207</sup>. Zdaniem Mindella wszystko jest ze sobą powiązane w Śnieniu, co jest zgodne ze wspomnianą holograficzną koncepcją świata i jedności wszystkiego na wyższym poziomie.

W celu osiągnięcia świadomego snu, według wielu koncepcji warunkującego osiągnięcie OOB, zaleca się naukę wpływania na sen i zachowywania świadomości, podczas gdy ciało śpi, a zatem aktywizowania własnej woli, czyli intencji, w warunkach Śnienia. Jak pisze Castaneda, „nietyпова percepcja – widzenie – zachodzi, kiedy intencja pobudza i rozświetla odrębny zlepek pól energetycznych”<sup>208</sup>. Zgodnie z tą koncepcją, aby doprowadzić do świadomego snu, trzeba, korzystając z siły własnej woli

<sup>200</sup> N. Drury, op. cit., s. 41.

<sup>201</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 318.

<sup>202</sup> A. Mindell, op. cit., s. 25.

<sup>203</sup> Zapis wielką literą – oryginalny, stosowany przez Mindella – używany w pracy w tych miejscach, gdzie jest mowa o Śnieniu według tego badacza.

<sup>204</sup> A. Mindell, op. cit., s. 26.

<sup>205</sup> Ibidem.

<sup>206</sup> Ibidem, s. 61.

<sup>207</sup> Ibidem, s. 32.

<sup>208</sup> C. Castaneda, *Potęga milczenia*, Poznań 2010, s. 111.

i założenia, że myśl jest początkiem tworzenia czegokolwiek – uczynić ze snu rzeczywistość.

Motywy snu porusza także Lacan i odnosi go do swojej teorii stadium lustra. Zdaniem filozofa podczas snu człowiek znów staje się „chaosem pokawalkowania i rozkładu, meduzowatą, lepką cieczą, miazgą”<sup>209</sup>. Może to implikować stwierdzenie, że we śnie następuje pewnego rodzaju zjednoczenie, dotarcie do „Wielkiego JA”, a więc pełni ludzkiej natury. Za tą koncepcją opowiada się także Mindell, pisząc: „W snach »Wielkie JA« i »małe ja« zaczynają się upodabniać”<sup>210</sup>. Autor dodaje również, iż: „W miarę, jak pole Śnienia zaczyna się budzić, to odbija się samo w sobie. Śnienie rozwija się w postaci oddzielnych części [...]. W takiej chwili odzwierciedlenia możliwe staje się oddzielenie oraz zaistnienie świata części”<sup>211</sup>. Na podstawie tej tezy można wywnioskować, że eksterioryzacja, jeśli istnieje, zachodzi wskutek świadomego snu – sobowtór oddzielałby się wówczas od ciała fizycznego i funkcjonował jako odrębna „część”. Współistnienie wraz ze stanem snu stanu czuwania, według opisów właściwe dla świadomego śnienia, ma powodować, że podróżnik będzie zdawał sobie sprawę ze swojego niezwykle doświadczenia, co z kolei wywoła realne odczucie przebywania poza ciałem. Należy jednak wskazać, że w tym przypadku, jak zaznacza Mindell, „świadomość jest w istocie [Freudowską – D. K.] nieświadomością”<sup>212</sup>, przez co można rozumieć, iż hipotetyczny podróżnik dociera do nieświadomości (czyli „Wielkiego JA”) z zachowaniem świadomości (czuwania). Podobny paradoks stanowi stwierdzenie Castanedy, że „śnienie to proces przebudzania i uzyskiwania kontroli”<sup>213</sup>.

Zjawisko świadomego snu zostało w interesujący sposób opisane przez Castanedę w jego *Sztuce śnienia*. Autor rzekomo pobierał nauki u meksykańskiego Indianina Yaqui, czarownika don Juana Matusa<sup>214</sup>, który miał wprowadzić go w świat szamańskich praktyk, umożliwiających m.in. osiągnięcie OOBE. Castaneda przytacza teorie don Juana, zgodne ze wspomnianą wcześniej koncepcją istnienia wielu poziomów rzeczywistości: „Don Juan twierdził, że nasz świat, który według naszych przekonań jest niepowtarzalny i absolutny, stanowi zaledwie jeden element następujących po sobie kolejno światów; przypomina to warstwową strukturę cebuli. Zapewniał też, że choć jesteśmy genetycznie uwarunkowani do postrzegania wyłącznie

---

<sup>209</sup> P. Dybel, op. cit., s. 237.

<sup>210</sup> A. Mindell, op. cit., s. 245.

<sup>211</sup> Ibidem, s. 117.

<sup>212</sup> Ibidem, s. 78.

<sup>213</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 42.

<sup>214</sup> Ibidem, s. 5.



naszego świata, to mamy jednak możliwości przeniknięcia do owych innych wymiarów; są one równie rzeczywiste, niepowtarzalne, absolutne i pasjonujące, jak nasz własny świat. Don Juan wyjaśnił mi, że aby móc postrzegać te inne wymiary, musimy nie tylko tego pragnąć, ale także dysponować wystarczającą ilością energii, by je pochwycić. Ich istnienie jest niezmiennie i niezależne od naszej świadomości, a brak dostępu do nich jest wyłącznie konsekwencją naszych uwarunkowań energetycznych. Innymi słowy, uwarunkowania te zmuszają nas do uznawania, że nasz rzeczywisty świat jest jedynym możliwym światem. Don Juan stwierdził, że czarownicy, którzy żyli w czasach starożytnych, wierzyli, iż te uwarunkowania można zmienić, i rozwinęli zestaw ćwiczeń mających na celu odmienne uwarunkowanie naszych energetycznych możliwości postrzegania. Ćwiczenia te nazwali sztuką śnienia<sup>215</sup>. Nauka sztuki śnienia jest zatem według Castanedy eksperymentowaniem z energią, którą zdaniem autora należy dobrze dysponować w świecie fizycznym, aby starczyło jej na śnienie. Ciało eteryczne (zwane tu ciałem energetycznym) antropolog definiuje jako „odpowiednik ciała fizycznego, niematerialna konfiguracja złożona z czystej energii. Ciało energetycznemu brak jest substancji, a ponieważ jest czystą energią, może dokonywać rzeczy niemożliwych dla ciała fizycznego”<sup>216</sup>. Na podstawie zamieszczonych w pracy opisów doznań eksterioryzacji można by uznać, że autorowi chodziło tu m.in. o wymieniane przez doświadczających: możliwość przenikania sobowtóra eterycznego przez przedmioty materialne i ciała fizyczne, „wcielanie się” w cudze ciała fizyczne, podróżowanie na wielkie odległości (czasem tylko za pomocą myśli), jak również pewnego rodzaju mentalne podróże w czasie. Castaneda, powtarzając rzekome nauki don Juana, tłumaczy, że aby sztuka śnienia przynosiła efekty, musi nastąpić zmiana, i to u społecznej podstawy. Naturalną społeczną podstawę postrzegania stanowi tu „przekonanie, że świat jest zbudowany z konkretnych obiektów”<sup>217</sup>. Zdaniem Castanedy jest to mylne przekonanie, bowiem – jak pisze antropolog – wszystko jest energią. Autor wysuwa śmiały wniosek: „Należałoby podjąć ogromny wysiłek ukazania nam energii jako energii”<sup>218</sup>, co może mieć na celu zachęcenie potencjalnych adeptów do nauki funkcjonowania w środowisku, które byłoby naturalne, nieprzetworzone przez kulturę, a zatem w śnieniu. Analogicznie – w celu osiągnięcia OOB konieczna stałaby się umiejętność funkcjonowania w ciele eterycznym, za którego miejsce „życia” uznaje

---

<sup>215</sup> Ibidem, s. 6.

<sup>216</sup> Ibidem, s. 45.

<sup>217</sup> Ibidem, s. 13.

<sup>218</sup> Ibidem.

się śnienie. Castaneda przytacza stwierdzenie niezwykle podobne do teorii stadium lustra zaproponowanej przez Lacana: „to, co postrzegamy, przetwarzamy i dopasujemy do pewnego wzorca”<sup>219</sup>. Według tej dewizy spostrzeżenia wydają się skutkiem pewnego procesu przetwarzania, automatycznie sprowadzającego określony fenomen do paradygmatu społecznego. Wiązałoby się to z koncepcją możliwości wytwarzania tzw. egregorów (zbiorowych bytów myślowych), czyli produktów psychicznych uważanych za rezultat koncentracji wielu ludzi połączonych tym samym ideałem, tą samą myślą, pasją czy też tym samym celem. Jeśli ci ludzie, jak twierdzi Bessière, emitują wibracje identycznej natury, powstaje zbiorowa „istota” – byt<sup>220</sup>. Castaneda, za don Juanem, pisze, że istnieje nawet punkt połączenia między postrzeganiem a percepcją świata, zlokalizowany na wysokości łopatki. Można jednak, zdaniem autora, dzięki odpowiedniej dyscyplinie systematycznie przesunąć punkt połączenia w trakcie snu<sup>221</sup>. W efekcie to sen staje się postrzeganą rzeczywistością. Oliver Fox twierdzi, że aby świadomie trwać w swoim śnie, należy zdać sobie sprawę, iż jest to właśnie sen. W tym celu zaleca doszukanie się niezgodności, nielogiczności w tym, co się postrzega<sup>222</sup>. Opisuje swoje doświadczenie, kiedy wydawało mu się, że „realnie” stoi przed swoim domem, na chodniku:

Chodnik nie był typowy, lecz składał się z małych niebieskoszarych, prostokątnych kamieni, których dłuższe boki były ułożone pod kątem prostym do białego krawężnika. Już miałem wejść do domu, kiedy przypadkowo rzuciłem okiem na te kamienie i moją uwagę przykuło dziwne zjawisko. Było to coś tak niezwykłego, że nie mogłem uwierzyć swoim oczom – wszystkie kamienie zmieniły w nocy swoje położenie, tak że dłuższe boki były teraz równoległe do krawężnika! Wtedy olśniło mnie rozwiązanie tej zagadki: chociaż ten szczęśliwy letni poranek wydawał się tak realny, jak tylko mógł być, ja przecież śniłem<sup>223</sup>!

Fox nazwał to zjawisko „snem wiedzy”, ponieważ „śniący ma wtedy wiedzę, że naprawdę śni” i w pewnym sensie doznaje zmiany jakości percepcji<sup>224</sup>. Możliwe, że ów sen wiedzy i świadomy sen, przy wcześniejszych założeniach mogące zostać uznane za jedno i to samo zjawisko, są tożsame z OOB. Do tego stwierdzenia może zbliżyć potencjalna wypowiedź don Juana, przytoczona przez Castanedę. Szaman tłumaczy,

---

<sup>219</sup> Ibidem, s. 14.

<sup>220</sup> R. Bessière, op. cit., s. 138.

<sup>221</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 16–31.

<sup>222</sup> N. Drury, op. cit., s. 39.

<sup>223</sup> Ibidem, cyt. za: O. Fox, *Astral Projection*, [b.m.] 1962, s. 32–33.

<sup>224</sup> N. Drury, op. cit., s. 40.

czym jest śnienie, a także czym ono nie jest: „Śnienie to nie to samo, co mieć sny. [...] poprzez śnienie możemy postrzegać inne światy, które, rzecz jasna, możemy opisać, ale nie możemy opisać tego, co pozwala nam je postrzegać. Możemy jednak czuć, jak śnienie otwiera dla nas te inne wymiary. Śnienie wydaje się wrażeniem – procesem w naszym ciele, świadomością w naszym umyśle”<sup>225</sup>. W relacjach Castanedy owe „inne wymiary” nie są zazwyczaj przedstawiane jako coś odległego i abstrakcyjnego (jak np. w niektórych opisach autorstwa Roberta Monroe’a). Często przypominają one fizyczny świat. W swojej *Sztuce śnienia* Castaneda pisze, że podczas snu spacerował po ulicach miasta, oglądał sklepowe wystawy, przypatrywał się sprzedawczyni. Stwierdza: „Obrazy te były tak żywe, iż byłem głęboko przekonany, że *widziałem* energię, a mój stan był jednym z tych stanów, które don Juan nazywał zbliżonymi do snu, wytwarzającymi energię. Zaintrygowała mnie myśl, że śnienie może się odbywać w rzeczywistości naszego normalnego świata”<sup>226</sup>. Jednak Bruce Moen dostrzega różnicę między OOBÉ a świadomym śnieniem. Zdaniem tego autora OOBÉ wiąże się z wrażeniem przebywania w pewnym ciele (eterycznym), zaś świadome śnienie jest zwykłą obserwacją, tyle że z innego punktu widzenia<sup>227</sup>. Jeśliby jednak przyjąć koncepcję, według której zjawisko bilokacji jest uznawane za rodzaj OOBÉ (OOBÉ z wydzieleniem widzialnego sobowtóra), wówczas można by również OOBÉ uznać za rodzaj świadomego śnienia (świadome śnienie z wrażeniem przebywania w konkretnym ciele), aczkolwiek podziały te wydają się niezwykle płynne i niebezwyjątkowe, biorąc pod uwagę wcześniejszą próbę opisu wymienianych w źródłach form ciała eterycznego. Pisałam wtedy o OOBÉ z wrażeniem nieposiadania jakiegokolwiek ciała, chociaż z wyraźnym odczuciem przemieszczenia świadomości poza ciało fizyczne. W oparciu o te relacje można by się zastanawiać, czy wszystkie trzy wymienione zjawiska nie są tożsame, ewentualnie: czy nie różnią się jedynie poziomem „dostrojenia”, czyli zagłębienia się podróżnika w świat, który – jak sądzi – eksploruje. Narzędziem postrzegania w przypadku tego rodzaju doświadczeń Moen nazywa wyobraźnię. Także jego zdaniem nie można twierdzić, iż jeżeli coś jest postrzegane w czyjejs wyobraźni, nie może być prawdziwe<sup>228</sup>. Ta powtarzająca się konstatacja mogłaby stać się przesłanką dla twierdzenia, że to właśnie wyobraźnia jest kluczem do odczucia przebywania poza ciałem.

---

<sup>225</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 7.

<sup>226</sup> Ibidem, s. 196.

<sup>227</sup> B. Moen, op. cit., s. 137.

<sup>228</sup> Ibidem.

Jak już wspomniałam, aby osiągnąć świadomy sen, należy, według wielu źródeł, wywołać specyficzny stan między snem a czuwaniem. Osoby deklarujące się jako praktykujący OOBЕ twierdzą, że najlepszą drogą do uświadomienia sobie swojego snu jest sen przerywany<sup>229</sup>. Zalecają oni przebudzenie po czterech godzinach snu, po czym, po godzinie przerwy, podjęcie próby osiągnięcia OOBЕ (np. jednym ze sposobów podanych wcześniej). Wskazywano, że w pierwszych chwilach doświadczania „wyjścia” poza ciało (po odczuciu specyficznych wibracji), należy wykazać się umiejętnością kontrolowania strachu, ponieważ w przeciwnym razie można zostać sprowadzonym z powrotem do ciała (zob. opis przypadku z podpunktu 2.2.1. z podrozdziału 2.2.1. pracy). W koncepcjach eksterioryzacji uważa się, iż wspomniane wibracje poprzedzają pojawienie się tzw. hipnagogów. Określa się tak stan mózgu na granicy jawy i snu, pierwszą fazę snu (NREM1, *non-rapid eye movement sleep*), na którą składają się przeróżne obrazy, odczucia, dźwięki, rzadziej – zapachy i smaki. Według tych założeń owe specyficzne halucynacje pojawiają się za każdym razem, gdy zasypiamy, jednak zwykle ich nie zapamiętujemy, gdyż zbyt szybko tracimy świadomość. Mogą to być wydarzenia z poprzedniego dnia, krajobrazy, postacie czy też twarze. Często nadmienia się, że hipnagogom towarzyszą szepty, dudnienia i dziwne nawoływania<sup>230</sup>. Autorem terminu *hipnagogia* był XIX-wieczny francuski lekarz, Louis Ferdinand Alfred Maury (1817–1892). Słowo pochodzi od greckich słów *hypnos* i *agogeus* (oznaczających *sen* i *przewodnika*). Emanuel Swedenborg, XVIII-wieczny filozof, uczonek i mistyk, twierdził, że hipnagogia umożliwiła mu „podróże do nieba, piekieł, a nawet na inne planety”<sup>231</sup>. Także Oliver Fox uznawał hipnagogię za wrota do podróży astralnych. Artysta Austin Osman Spare uważał, że widoki odwzorowywane przez niego na płótnie pochodzą właśnie z tych stanów. Psycholog Andreas Mavromatis przeprowadził eksperymenty z grupową hipnagogią, podczas których – jak twierdził – mógł telepatycznie przekazać obrazy mentalnie drugiemu hipnagogiście, co opisał w swoich książkach. Sądzę, że jeśliby przyjąć wspomnianą wcześniej teorię połączenia wszystkich bytów na wyższym poziomie, można by powiązać doświadczenie Mavromatisa z tym zjawiskiem. Mavromatis wskazuje wzgórze jako mózgowe „centrum świadomości” i prawdopodobne źródło doświadczeń hipnagogicznych. Twierdzi się, iż jest ono anatomicznie połączone z tzw. mózgiem gadzim (ewolucyjnie

---

<sup>229</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/Poszukiwanie-Prawdy-t6191.html> [dostęp: 21.04.2014].

<sup>230</sup> Zob. <http://swiadomy-sen-senny-swiat.blogspot.com/2013/01/hipnagogi.html> [dostęp: 21.04.2014].

<sup>231</sup> Zob. <http://www.paranormalne.pl/topic/30819-w-szponach-hipnagogi/> [dostęp: 21.04.2014], cyt. za: G. Lachman, Forteanimes.com.

najstarszą częścią mózgu), układem limbicznym oraz półkulami mózgu – trzema „domami” lub częściami „mózgu trójjedynego”. Mavromatis uważa, że każda z tych części posiada własną „świadomość”, która może być „obca” dla innej części. Właśnie tak, zdaniem autora, działa hipnagogia. Jeśli w czasie snu zachowana jest jakakolwiek aktywność kory, świadomość może obserwować „stary mózg” przy pracy<sup>232</sup>. Może to być także wytłumaczenie fenomenu OOB, przyjmowania innej świadomości i obserwowania swojego ciała jako *innego*. Wspomniane wzgórze mózgu wydaje się istotne także dlatego, że mieści się w nim szyszynka<sup>233</sup> (więcej zob. w podrozdziale 2.5. pracy).

Zdaniem Castanedy, aby sen był świadomy, musi być kontrolowany, co można osiągnąć, „patrzac” we śnie na swoje ręce<sup>234</sup>. Antropolog relacjonuje, że po wielu wysiłkach zobaczył we śnie ręce, ale – jak pisze – nie były to jego ręce, zmieniały kształt, momentami wyglądały wręcz koszmarnie<sup>235</sup>. Biorąc pod uwagę wcześniej wspomniane wskazówki innych praktykujących, można byłoby uznać, iż wiąże się to z nie do końca wykształconą umiejętnością wizualizacji, przenoszeniem obrazów z fizyczności w świat energii, lub też z początkowym nieprzyzwyczajeniem do postrzegania z tej szczególnej perspektywy.

Castaneda pisze o bramach śnienia, przez które należy przejść<sup>236</sup>. Zdaniem autora przede wszystkim trzeba mieć świadomość zasypiania. Co ciekawe, według jego zaleceń (a właściwie zaleceń wspomnianego don Juana), podczas śnienia należy „śnić, że budzimy się w innym śnie”<sup>237</sup>. Możliwe, że ma to skutkować odczuciem, iż wszystko jest realne – że sen się skończył, chociaż w rzeczywistości wciąż śpimy. Według autora kolejną bramę śnienia przekraczamy, gdy stwierdzamy, że śniąc, patrzymy na śpiącą osobę. I, jak pisze Castaneda, kierując swoją wypowiedź do hipotetycznego praktykującego: „okazuje się, że ta osoba to ty sam”<sup>238</sup>. Z wywodu antropologa może wynikać, że opisywane doświadczenie jest warunkowane przez utrzymywanie świadomości wówczas, gdy otwieramy się na nieświadomość.

Wskazane przez Castanedę przebudzenie we śnie jest zjawiskiem szeroko opisywanym, a jego doświadczenie deklaruje wiele osób. W dyskursie oscylującym

---

<sup>232</sup> Ibidem.

<sup>233</sup> Ibidem.

<sup>234</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 34.

<sup>235</sup> Ibidem, s. 40–41.

<sup>236</sup> Ibidem, s. 35.

<sup>237</sup> Ibidem, s. 56.

<sup>238</sup> Ibidem, s. 168.

wokół eksterioryzacji określa się je jako fałszywe przebudzenie (FA, *false awakening*) – złudzenie wybudzenia się ze snu, po którym następuje wrażenie wstania z łóżka i późniejszego wykonywania codziennych czynności, takich jak: mycie, ubieranie, jedzenie. Osoba doświadczająca fałszywego przebudzenia tkwi w przekonaniu, że wszystko dzieje się naprawdę. Całe zjawisko zwykle nie trwa długo, chociaż można znaleźć informacje o przeżyciu kilku fałszywych przebudzeń pod rząd (!). Doświadczający twierdzą, że towarzyszy temu odczucie bezradności i irytacji<sup>239</sup>. Co ciekawe, opisy fałszywych przebudzeń bardzo przypominają relacje osób, które – jak twierdzą – doznały OOB. Przykładowo tak przedstawia swoje przeżycie jeden z internautów:

Fałszywe przebudzenie miałem, ale tylko raz. Wiem, że wstałem, i to było dziwne – poszedłem umyć się i zapalić, wszystko było bardzo realne. W końcu wróciłem do swojego pokoju, patrzę na łóżko, a ja tam śpię. Nagle panika, obudziłem się i zobaczyłem tego, co patrzył na mnie – uciekł. Potem dopiero naprawdę wybudziłem się. Nie chcę już czegoś takiego<sup>240</sup>.

W relacji tej można dostrzec specyficzne przemieszczanie się świadomości, właściwe też dla opisów eksterioryzacji. Uważa się, że fałszywe przebudzenie, określane także Poranną Iluzją Rzeczywistości, ma miejsce wtedy, kiedy śpimy, a umysł jest już zdolny do kreowania porannych, rutynowych czynności. Najczęściej ma to miejsce wówczas, gdy gdzieś się spieszymy lub mamy przeświadczenie, że musimy coś zrobić – ciało gotowe jest do tych działań, więc umysł symuluje rzeczywistość i wmawia nam, że właśnie to robimy<sup>241</sup>.

## 2.4.2. Substancje psychoaktywne

Autorzy piszący na temat OOB utrzymują, że jednym ze sposobów na osiągnięcie tego stanu jest zażywanie określonych substancji psychoaktywnych. Bugaj wymienia tu podtlenek azotu – gaz rozweselający – haszysz i peyotl. Co istotne, składnikiem peyotlu jest meskalina, wywołująca m.in. rozdwojenie jaźni oraz pewne asocjacje zmysłów, takie jak słyszenie kolorów i dotykanie zapachów<sup>242</sup>. Posacki,

<sup>239</sup> Zob. <http://swiadomy-sen-senny-swiat.blogspot.com/2013/11/faszywe-przebudzenie.html> [dostęp: 21.04.2014].

<sup>240</sup> Ibidem.

<sup>241</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/index.php?autocom=ibwiki&cmd=article&id=19> [dostęp: 21.04.2014].

<sup>242</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 111.

zdaniem którego wrażenie opuszczenia ciała powodują przede wszystkim ketamina, fencyklidyna i inne dysocjanty, twierdzi: „Nie można wykluczyć, że owe substancje, osłabiając systemy obronne, otwierają na realny świat duchów”<sup>243</sup>. Także Castaneda pisze, iż otrzymywał od don Juana rośliny halucynogenne, mające „zachwiać punktem połączenia i pozwolić mu na płynność”<sup>244</sup>. Antropolog – jak podaje – przyjmował pejotl, bielun i grzyby<sup>245</sup>. Indianie Conibo-Shipbo z kolei uważają, że *ayahuasca* zażywana przez szamanów umożliwia ich duszom opuszczanie ciał w postaci ptaków. Także według członków plemienia Amahuaca „dusza człowieka może opuścić ciało po wypiciu naparu z *ayahuasca*”<sup>246</sup>.

Co ciekawe, parapsycholog Józef Świtkowski pisze, że domniemane sabaty czarownic (m.in. na Łysej Górze – w Polsce, a także w Niemczech i Szwecji) polegały na wysyłaniu przez nie sobowtórów eterycznych na miejsce zebrań, podczas gdy ciała fizyczne pozostawały w domu – uśpione. W tej swoistej bilokacji owe czarownice miały, według opisu autora, wspomagać się maściami z ziół narkotycznych zmieszanych z tłuszczem pewnych zwierząt. Jak podaje Świtkowski, substancje te powodowały zapadanie w specyficzne stany uśpienia, dzięki którym „mogły czarownice – zależnie od rodzaju swych uzdolnień medialnych – już to dostępować jasnowidzeń, już to wydzielać sobowtóra, już to wreszcie osiągać lewitację ciała i odbywać rzeczywiste podróże powietrzne do realnego miejsca sabatów”<sup>247</sup>. Ze wspomnianych już eksperymentów Grofa można wyciągnąć wniosek, że także LSD wywołuje wrażenie połączenia się danej świadomości ze swoim „Wielkim JA”, a więc – zgodnie z wcześniejszymi rozważaniami – jej eksterioryzację, rozszerzenie.

Na podstawie przytoczonych relacji nie ma przeciwwskazań, by stwierdzić, iż zażywanie określonych substancji psychoaktywnych może być pomocne w osiągnięciu OOB, jeśliby przyjmować to zjawisko jako rzeczywiście występujące. Istnieje opinia, że narkotyki w pewnym sensie uwalniają świat podświadomych obrazów, podobnie jak medytacja, co pociąga za sobą kolejne założenie, według którego zarówno substancje psychoaktywne, jak i medytacja pełnią podobną funkcję – aktywizują określone obszary mózgu, które w neutralnym stanie są uśpione. W koncepcjach eksterioryzacji uważa się

---

<sup>243</sup> A. Posacki, op. cit., s. 57.

<sup>244</sup> C. Castaneda, *Sztuka snienia...*, s. 94.

<sup>245</sup> Idem, *Nauki don Juana*, Poznań 2000, s. 7.

<sup>246</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., s. 95, cyt. za: M. J. Harner, *Hallucinogens and Shamanism*.

<sup>247</sup> J. Świtkowski, *Okultyzm i Magia w świetle parapsychologii*, Kraków 1990, s. 16.

również, że podobnie jak narkotyki na umysł mogą wpływać odpowiednie dźwięki, o czym będzie traktował kolejny podrozdział pracy.

### **2.4.3. Wpływ dźwięków na świadomość – muzyka relaksacyjna, autohipnoza i techniki wykorzystujące dudnienia różnicowe**

Już wiele tysięcy lat temu szamani korzystali z wpływu bodźców słuchowych na umysł i mózg, wprowadzając się w stan transu poprzez bębnienie i specyficzną muzykę. Szamańskie mantry polegały na wypowiedaniu w określony sposób specjalnych słów magicznych, postrzeganych jako „formuły dźwiękowe, które są obdarzone mocą przemiany materii, odwrócenia procesów naturalnych, a nawet materializacji i dematerializacji przedmiotów”<sup>248</sup>.

Ta niezwykła praktyka przetrwała do dziś w postaci różnego rodzaju muzyki relaksacyjnej, nagrań autohipnotyzujących czy przeróżnych technik wykorzystujących dudnienia różnicowe. W przypadku autohipnozy w formie audio mamy do czynienia ze specyficznym rodzajem głosu bez źródła, który prowadzi słuchacza, nakazuje mu wykonywanie pewnych subtelnych czynności, takich jak: wolniejsze oddychanie, wsłuchiwanie się w bicie serca, a nawet wywoływanie w sobie wrażeń zwiększania ciepłoty ciała i odczuwania ciężaru kończyn. Zgodnie z teorią Michela Chiona – filmoznawcy, kompozytora i autora pięciu książek na temat dźwięku, głosu i muzyki w kinie – są to tzw. dźwięki akusmatyczne, czyli „to, co się słyszy, nie widząc źródłowej przyczyny dźwięku”<sup>249</sup>. Głos bez źródła sprawia wrażenie, jakby starał się podporządkować sobie słuchacza – wywołuje w nim pragnienie odkrycia owego źródła.

Uważa się, że określone dźwięki skuteczniej niż wideo przenoszą nas w inne miejsca, wywołują wyobrażenie. Wynika to zapewne z faktu, iż dźwięk jest trójwymiarowy, a obraz płaski. Dźwięki wydają się pochłaniać słuchacza i dyslokować jego osobowość, oddziałując bezpośrednio na umysł. Jak twierdzi Olivea Dewhurst-Maddock, autorka książki *Terapia dźwiękiem*: „Muzyka potrafi ominąć logiczne i analityczne filtry umysłu i nawiązać bezpośredni kontakt z gwałtownymi uczuciami i namiętnościami ukrytymi głęboko w pamięci i wyobraźni. Taki kontakt z kolei wywołuje reakcje fizyczne”<sup>250</sup>. Jak można sądzić, dźwięk wpływa na utratę kontroli nad

---

<sup>248</sup> O. Dewhurst-Maddock, *Terapia dźwiękiem. Jak osiągnąć zdrowie poprzez muzykę i śpiew*, przeł. J. Renk, Białystok 2001, s. 103.

<sup>249</sup> M. Chion, *Audio-wizja. Dźwięk i obraz w kinie*, przeł. K. Szydlowski, Kraków 2012, s. 60.

<sup>250</sup> O. Dewhurst-Maddock, op. cit., s. 11.



ciałem. Zostaje ona przejęta przez inną, obcą (?) świadomość, która oddziałuje na słuchacza, często – w przypadku nagrań terapeutycznych i relaksacyjnych – poprawiając jego zdrowie, zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Olivea Dewhurst-Maddock tłumaczy to w sposób następujący: „Kiedy fale dźwiękowe przenikają ciało, w jego żywych komórkach mają miejsce przyjemne wibracje, które pomagają przywrócić i wzmocnić zdrowie. Wysoka zawartość wody w tkankach pomaga przenosić dźwięk, a efekt ogólny można przyrównać do głębokiego masażu na poziomie atomowym i komórkowym”<sup>251</sup>. Dźwięk zdaje się mieć realny wpływ na ciało, za czym przemawiają ostatnie badania przeprowadzone przez biologów i terapeutów zajmujących się terapią dźwiękową, przy zastosowaniu kamertonu jako źródła dźwięku. „Różne częstotliwości muzycznej skali spowodowały, że krwinki zmieniły barwę i kształt. Na przykład nuta C sprawiła, że krwinki były dłuższe, E – że były kuliste, a A zmieniła ich barwę z czerwonej na różową. Częstotliwości nut mogą być na tyle zbliżone do naturalnych częstotliwości komórek, że powstają zgodne drgania wzmacniające rezonans i przełamujące szkodliwą interferencję”<sup>252</sup>. Dźwięk wydaje się mieć zatem realny, silny wpływ na ludzką świadomość. Jego autoratywności sprzyja fakt, że jest efemeryczny – znika prawie od razu, jak się pojawia. Wykorzystuje tym samym ludzką skłonność do ciągłego dążenia do czegoś, bowiem ulotność generuje w świadomości wytwarzanie kolejnych potrzeb.

Słuchacz podświadomie stara się dokonać deakusmatyzacji – powiązać dźwięk/głos z konkretnym źródłem. Jednak – w przypadku nagrań autohipnotyzujących – w konsekwencji paradoksalnie sam staje się tym źródłem. Takie jest bowiem założenie owych nagrań, co wynika z przedrostka „auto”; autohipnoza jest dialogiem wewnętrznym, mimo że do słuchacza przemawia głos kogoś *innego*.

Zgodnie z podejściem psychoanalitycznym dźwięk stanowi swoisty regres do chwili pierwszego usłyszenia głosu matki. Słuchanie odgłosów wody, obecnych w muzyce relaksacyjnej, wydaje się pewnego rodzaju analogią do wsłuchiwania się w wody płodowe przed narodzinami. Takie wspomnienie może zostać wywołane, ponieważ, jak pisze Dewhurst-Maddock, przed upływem dziesiątego tygodnia ciąży uszy płodu są całkowicie wykształcone i w pełni funkcjonują, zatem przez połowę pobytu w łonie matki płód dobrze słyszy oraz reaguje na dźwięki<sup>253</sup>. Autorka zauważa,

---

<sup>251</sup> Ibidem, s. 14.

<sup>252</sup> Ibidem, s. 127–128.

<sup>253</sup> Ibidem, s. 31.

że „ucho zewnętrzne przypomina odwrócony płód w łonie matki. W kształtach ślimaka [...] powraca spiralny motyw galaktyk, układów pogodowych oraz zawirowań tworzonych przez fale dźwiękowe”<sup>254</sup>. Ta kwestia jest niezwykle ciekawa, biorąc pod uwagę fakt, że „drgania tworzące dźwięk to energia, która jest obecna w całej przyrodzie”<sup>255</sup>. Relaksacja z wykorzystaniem dźwięków, oprócz słuchania odgłosów przyrody, takich jak: szum morza, szelest liści drzew, podmuchy wiatru, polega także na wsłuchiwaniu się w odgłosy własnego ciała: bicie serca, oddech.

W drugiej połowie XX wieku dźwięk stał się podstawą innowatorskiej technologii wpływania na podświadomość. W roku 1971 w Faber w Wirginii (USA) Robert Monroe, wspominany już niejednokrotnie w pracy, powołał do życia The Monroe Institute – organizację badawczo-edukacyjną dążącą do poznania i zrozumienia ludzkiej świadomości<sup>256</sup>. Skutkiem badań prowadzonych w Instytucie było m.in. opracowanie i opatentowanie unikalnej techniki dźwiękowej Hemi-Sync (skrót od ang. *hemispheric synchronization* – synchronizacja półkulowa). Jak twierdzą inicjatorzy, jest to „narzędzie o nieograniczonych niemal możliwościach, a przy tym całkowicie bezpieczne w użyciu. Jego zadaniem jest wykorzystanie wszystkich drzemających w ludzkim mózgu potencjałów i zwiększenie jego wydajności. Zasada działania Hemi-Sync opiera się na naturalnych, fizycznych aspektach pracy mózgu”<sup>257</sup>. Polega na odsłuchiwaniu specjalnego zestawu dźwięków, najlepiej przez słuchawki, minimum pół godziny dziennie.

Badania Roberta Monroe’a i grupy naukowców – profesorów i doktorów medycyny, psychiatrii, psychologii, chemii, biologii i elektroniki – początkowo przyniosły wyodrębnienie tzw. Częstotliwościowej Odpowiedzi Wywołanej mózgu (ang. FFR, *Frequency Following Response*), polegającej na określonej reakcji ludzkiego mózgu na sygnał dźwiękowy. Reakcja ta, jak twierdzą inicjatorzy, jest widoczna na wykresach elektroencefalograficznych (EEG) i wiąże się z elektryczną aktywnością mózgu. Mózg generuje fale będące pochodną częstotliwości słyszanego dźwięku. Zauważono, że określone ich przebiegi oznaczają pewne stany umysłu, takie jak: marzenia (alfa), sen (delta), medytacja (theta), koncentracja (beta), a sprawowanie kontroli nad nimi – za pomocą odpowiedniej kombinacji dźwięków – pozwala efektywnie wykorzystać potencjał ludzkiego mózgu.

---

<sup>254</sup> Ibidem.

<sup>255</sup> Ibidem, s. 8.

<sup>256</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/monroe-institute/> [dostęp: 22.04.2014].

<sup>257</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/hemi-sync-medytacja-rozwoj-osobisty/> [dostęp: 23.04.2014].

Technika Hemi-Sync korzysta z dwoistej natury mózgu. Dwie półkule: lewa i prawa, charakteryzują się bowiem odmiennymi cechami. Lewa półkula, nazywana mózgiem werbalnym, na ogół jest uznawana za dominującą w codziennym życiu. „To ona odpowiada za myśli sformalizowane, tj. za przetwarzanie sekwencyjne i liniowe, za komunikację werbalną: czytanie, pisanie, zdolności matematyczne, zapamiętywanie i rozpoznawanie nazw i pojęć; za myślenie logiczne, analityczne, racjonalne; za egzekwowanie i odwoływanie się do praw, zasad, prawd. Jej także zawdzięczamy to, że [zazwyczaj – D. K.] posługujemy się prawą ręką”<sup>258</sup>. Dzięki prawej półkuli, zwanej mózgiem wizualnym, „potrafimy rozpoznać czyjąś twarz, zachowywać się spontanicznie, odbierać przekazy niewerbalne (intuicja), czytać i posługiwać się językiem ciała, śnić, marzyć, odnaleźć się w przestrzeni, tworzyć muzykę, czy wreszcie kochać lub nienawidzić”<sup>259</sup>. Jak twierdzą pionierzy techniki Hemi-Sync, „na co dzień obie półkule »konkurują« ze sobą, zamiast współpracować”<sup>260</sup>, co – jak się uważa – może ulec zmianie dzięki ich synchronizacji.

Hemi-Sync wykorzystuje tzw. dudnienia różnicowe (ang. *binaural beat*), odkryte w 1839 roku przez Heinricha Wilhelma Dove’a<sup>261</sup>. Powstają one wskutek doprowadzenia sygnałów dźwiękowych o różnych częstotliwościach do każdego ucha osobno. Wtedy obie półkule są „zmuszane” do zgodnego działania i pojawia się trzeci, nieistniejący w rzeczywistości sygnał, który jest różnicą pomiędzy tymi dwoma dźwiękami, doprowadzanymi do każdego ucha osobno. W ten sposób, gdy do jednego ucha podamy przykładowo sygnał akustyczny o częstotliwości 500 Hz, a do drugiego – o częstotliwości 520 Hz, zgodnie współpracujące półkule wytworzą sygnał dudnienia różnicowego o częstotliwości drgań równej 20 Hz, odbierany jako falujący dźwięk lub inaczej – efekt wibrato. Ten dźwięk nie jest rzeczywisty, to tylko sygnał elektryczny w mózgu, mogący powstać jedynie podczas zgodnej pracy obu półkul<sup>262</sup>. Jak zastrzegają twórcy techniki Hemi-Sync, częstotliwości, przy których dudnienia różnicowe mogą być wykrywane przez ludzki mózg, muszą być mniejsze niż 1000 Hz, a różnica między oboma tonami musi być mniejsza niż 30 Hz. Jeśli ten warunek nie zostanie spełniony, oba dźwięki będą słyszane jako osobne. Odpowiednio dobrany zestaw dźwięków w postaci dudnień różnicowych, dodatkowo połączony z technikami

---

<sup>258</sup> Ibidem.

<sup>259</sup> Ibidem.

<sup>260</sup> Ibidem.

<sup>261</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/dudnienia-roznicowe-odmienne-stany-swiadomosci/> [dostęp: 23.04.2014].

<sup>262</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/hemi-sync-medytacja-rozwoj-osobisty/>, op. cit.

indukcji psychofizjologicznej (np. kontrolowane oddychanie, relaksacja, afirmacja i wizualizacja), ma umożliwić wprowadzenie słuchacza w odmienne stany świadomości, które można zmieniać według uznania, modyfikując częstotliwości sygnałów akustycznych<sup>263</sup>. Oba te elementy są składnikami metody Hemi-Sync. Bardzo interesujący jest fakt, że badania przeprowadzone na zaawansowanych joginach, mnichach zen i szamanach, mających za sobą wieloletni trening medytacyjny w tradycyjnym stylu, także wykazały, że ich mózgi w stanach głębokiego transu wykazują wysoką synchronizację półkul mózgowych oraz przewagę rytmów alfa (7–13 Hz) i theta (4–7 Hz) w obrazie elektroencefalograficznym<sup>264</sup>.

Pomysłodawcy techniki Hemi-Sync twierdzą, że pomaga ona w medytacji, w osiągnięciu stanu relaksu, poprawia jakość snu, wzrok, słuch, pozytywnie wpływa na pracę serca, poziom ciśnienia tętniczego, równowagę i koncentrację, a także ułatwia osiągnięcie odmiennych stanów świadomości<sup>265</sup>. Co ciekawe, dudnienia różnicowe stymulują wzgórze mózgu i korę nową<sup>266</sup>, a jak już zostało powiedziane, wzgórze jest uznawane za mózgowie „centrum świadomości” i źródło doświadczeń hipnagogicznych, mieści się w nim również szyszynka (więcej zob. w podrozdziale 2.5. pracy). Warto tutaj zwrócić uwagę na istotny fakt, że technika Hemi-Sync, mająca – według rekomendacji – m.in. na celu ułatwienie osiągnięcia stanu OOB, polega właśnie na stymulowaniu tego organu.

Podobne działanie, również oparte na synchronizacji półkul mózgowych dzięki odsłuchiwaniu odpowiednio wygenerowanych dźwięków, zdają się wykazywać też program I-Doser, opracowany przez I-Doser Labs, i BrainWave Generator. Oba z powodzeniem korzystają z dudnień różnicowych. Zostały przetestowane przez dużą grupę osób, która potwierdziła ich działanie, i są uznawane za bezpieczne. I-Doser, podobnie jak technika Hemi-Sync i BrainWave Generator, ma pomagać w osiągnięciu stanu OOB, ale także – co można wyczytać z jego rekomendacji – umożliwiać symulację innych, przeróżnych odczuć, np. zakochania się (!), oraz rzekomo posiada możliwość symulowania doświadczeń narkotycznych<sup>267</sup>.

Możliwe, że wspomniane programy aktywizują określone obszary mózgu, które w neutralnym stanie są uśpione. Jeśli przyjmie się analogię mikrokosmosu

---

<sup>263</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/dudnienia-roznicowe-odmienne-stany-swiadomosci/>, op. cit.

<sup>264</sup> Zob. <http://niewyjasnione.blog.onet.pl/2008/12/15/i-doser-3-0/> [dostęp: 23.04.2014].

<sup>265</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/hemi-sync-medytacja-rozwoj-osobisty/>, op. cit.

<sup>266</sup> Zob. <http://hemi-sync.com.pl/dudnienia-roznicowe-odmienne-stany-swiadomosci/>, op. cit.

<sup>267</sup> Zob. <http://niewyjasnione.blog.onet.pl/2008/12/15/i-doser-3-0/> [dostęp: 23.04.2014].

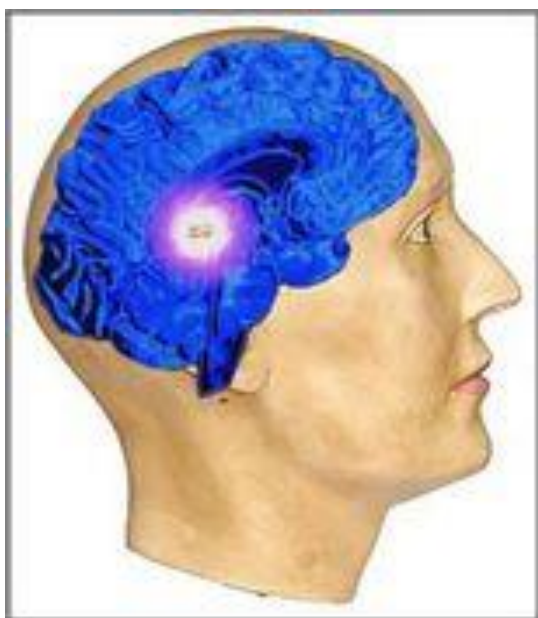
i makrokosmosu, można pokusić się o metaforę jednostki ludzkiej jako wibrującego dźwięku, który współgra z rytmem wszechświata. Dźwiękami są bowiem zarówno nasz oddech, bicie naszych serc, jak i kojące odgłosy przyrody: szumu wody, szelestu wiatru. Medytacja, mająca z kolei prowadzić m.in. do wywołania OOB, polegałaby zatem na integracji tej specyficznej muzyki życia, wewnętrznemu „dostrajaniu się” do jej rytmu.

## 2.5. Szyszynka i DMT

Szyszynka jest jednym z gruczołów wydzielania wewnętrznego, leżącym z tyłu III komory międzymózgowia, pomiędzy wzgórkami górnymi blaszki pokrywy. Jej rozmiary najczęściej są następujące: długość 5–8 mm, szerokość 3–5 mm<sup>268</sup>.

Już Kartezjusz uważał szyszynkę za „prawą rękę« duszy<sup>269</sup> [lub »siedlisko duszy«<sup>270</sup>], narzucającą życzenia duszy ustrojowi i działającą jak zawór, który reguluje objętość i kierunek *spiritus animalis* płynącego do i z mózgu<sup>271</sup>. Według Hindusów to w szyszynce znajduje się siódma czakra (trzeciego oka), odpowiadająca za postrzeganie pozazmysłowe<sup>272</sup>.

Rycina 2. Szyszynka



Źródło: <http://s18.postimg.org/xa4p7t70l/Szyszynka.jpg> [dostęp: 24.04.2014].

<sup>268</sup> K. Ostrowski, W. Bem, *Histologia*, Warszawa 1995, s. 542.

<sup>269</sup> M. Karasek, *Szyszynka i melatonina*, Warszawa 1997, s. 14.

<sup>270</sup> R. Strassman, *DMT. Molekuła duszy*, tłum. M. Lorenc, Białystok 2011, s. 16.

<sup>271</sup> M. Karasek, *Szyszynka i melatonina*, Warszawa 1997, s. 14.

<sup>272</sup> R. Strassman, op. cit., s. 16.

Szyszynka wydaje się mieć duży wpływ (jeśli nie decydujący) na powstanie wrażenia opuszczania ciała. Stymulując wzgórze mózgu, gdzie jest jej miejsce, wywołuje się wspomniane już dudnienia różnicowe (współtworzące metodę Hemi-Sync). Jak można wyczytać z wypowiedzi pewnego domniemanego adepta OOB: Hemi-Sync jest „swoistym masażem dla szyszynki znajdującej się pomiędzy dwiema półkulami”<sup>273</sup>.

Znaczenie szyszynki podkreślał Oliver Fox, który w celu doświadczenia OOB stosował metodę nazwaną przez siebie „drogą samodzielnie indukowanego transu” lub „techniką bramy szyszynki”. Polegała ona na „relaksacji ciała, aż do wejścia w trans, a następnie projekcji świadomości według woli”<sup>274</sup>. O wykorzystywaniu tej metody przez Foxa wspomina także Krzysztof Boruń, przytaczając jego słowa: „musiałem precyzyjnie przeliczyć moją cielesną jaźń przez bramę szyszynki”<sup>275</sup>.

Fox instruuje:

Przyjąwszy właściwą pozycję, student powinien skoncentrować się na wyobrażonej zapadni wewnątrz swojego mózgu. Jego oddech powinien być głęboki i rytmiczny, oczy zamknięte, lecz skierowane lekko ukośnie do góry. W tym momencie poczuje on zdrętwienie, które zaczyna się od stóp, idzie w górę wzdłuż nóg, aż w końcu obejmuje całe ciało. Odrętwienie to pogłębia się, przechodząc w zeszywnienie mięśni [...]. Może towarzyszyć mu poczucie ogromnego ciśnienia wewnątrz głowy. Na tym etapie pojawi się efekt widzenia przez zamknięte powieki, a pokój wyda mu się rozświetlony bladym blaskiem. Mogą się też pojawić błyski światła, zjawy i (prawie na pewno) przerażające hałasy...

Następnie student doświadczy bardzo szczególnego uczucia posiadania dwóch ciał: bolesnego ciała fizycznego oraz ciała fluidycznego, które jest w tamtym uwięzione. Jest gotów zatem do następnego kroku, aby najwyższym wysiłkiem woli wypchnąć ów subtelny wehikuł poprzez wyobrażoną zapadnię w swoim mózgu. Wyda mu się, że jego bezcielesne *ja*, które przypadkiem znalazło się w cielesnym więzieniu, rwie się do góry w jego ciele i skupia się w tym punkcie, gdzie wewnątrz mózgu znajduje się szyszynka. Łomocze w drzwi, podczas gdy blade światło nasila się, stając się blaskiem chwały, a istne piekło dziwnych dźwięków poraża jego uszy. Gdyby ta próba się nie powiodła, wystąpiłyby przeciwne odczucia. W takim przypadku bezcielesne *ja* poddaje się i na nowo staje się jednością z fizycznym ciałem, wtedy światło gaśnie, a dźwięki zmniejszają swój napór.

Jeżeli próba się udaje, student doświadcza niezwyklego uczucia przechodzenia przez drzwi we własnym mózgu i słyszy, jak „zatrząskują się” one za nim; nie ma jednak jeszcze wrażenia przebywania na zewnątrz ciała. Wydaje mu się, że jego fluidyczne *ja* znów pogrążyło się w fizycznym ciele; chociaż nie ma już przerażających dźwięków i zjaw, a pokój jest równomiernie wypełniony bladym

<sup>273</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/Chcesz-Wyjsc-Zadbaj-O-Szyszynke-t6100.html> [dostęp: 24.04.2014].

<sup>274</sup> N. Drury, op. cit., s. 41.

<sup>275</sup> K. Boruń, op. cit., s. 116.

blaskiem. Jest to błogosławione poczucie spokoju po burzy, kiedy strach ustępuje miejsca triumfalnemu uniesieniu, ponieważ faza przerażenia, z jej oznakami nadchodzącej śmierci lub szaleństwa, już minęła. On przeszedł już przez bramę szyszynki.

Nasz student będzie miał w dalszym ciągu poczucie, że pozostaje w swoim fizycznym ciele, choć teraz jednak może niedbale opuścić łóżko i odejść, pozostawiając za sobą pogrążone w transie ciało<sup>276</sup>.

W opisie Foxa znalazły się wspomniane już zalecenia wizualizacji i równomiernego oddychania. Autor pisze też o specyficznych halucynacjach (hipnagogach) – takich jak słyszenie dziwnych dźwięków i dostrzeganie jasnego światła czy zjaw – których opis również powtarza się w wielu relacjach. Ponadto przytacza powtarzane w innych źródłach zalecenie powstrzymania strachu. Co ważne, według Foxa osoby dążącej do osiągnięcia OOBÉ powinny być zamknięte i skierowane lekko ukośnie do góry. Także Robert Monroe pisze o skierowaniu wzroku pod kątem 90 stopni w górę głowy – w miejsce, gdzie (jak się uznaje) kiedyś znajdowało się oko ciemieniowe, tzw. trzecie oko. Zostało ono utracone w procesie ewolucyjnym, a pozostałością po nim – u większości współczesnych gadów, ptaków i ssaków – ma być właśnie szyszynka<sup>277</sup>.

Jak pisze S. Roney-Dougal, szyszynka ma działanie przeciwstresowe<sup>278</sup> oraz odpowiada za regulowanie zegara biologicznego<sup>279</sup>, ponieważ wytwarza melatoninę i serotoninę. Doktor Rick Strassman, profesor nadzwyczajny psychiatrii Uniwersytetu Nowego Meksyku w Albuquerque, informuje zaś, że melatonina, nazywana „hormonem ciemności”, wyzwala się nocą, wywołując uspokojenie i relaksację<sup>280</sup>. Produkcja melatoniny jest najwyższa w trzy–sześć godzin od zapadnięcia zmroku. W ciekawy sposób łączy się to z faktem, że wiele środowisk duchowych, np. katolicy mnisi, buddyści i jogini, zaleca wstawanie o 3 rano i medytowanie, co ma mieć na celu rozwój oraz pobudzanie postrzegania pozazmysłowego<sup>281</sup>. Co istotne, przy odpowiednim poziomie melatoniny (który znacznie spada w okresie dojrzewania płciowego)<sup>282</sup> i serotoniny szyszynka zaczyna syntetyzować DMT (N,N-dimetylotryptaminę) – organiczny związek chemiczny, będący pochodną tryptaminy i psychodeliczną

---

<sup>276</sup> N. Drury, op. cit., s. 41–43, cyt. za: O. Fox, op. cit., s. 127–128.

<sup>277</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/Chcesz-Wyjsc-Zadbaj-O-Szyszynke-t6100.html>, op. cit.

<sup>278</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., s. 108.

<sup>279</sup> Ibidem, s. 110.

<sup>280</sup> R. Strassman, op. cit., s. 85.

<sup>281</sup> S. Roney-Dougal, op. cit., s. 101.

<sup>282</sup> R. Strassman, op. cit., s. 83.



substancją psychoaktywną<sup>283</sup>. DMT występuje zatem w małych ilościach naturalnie w ludzkim organizmie. Substancja ta jest także podstawowym składnikiem stosowanego przez plemiona południowoamerykańskie naparzu *ayahuasca*, o którym była już mowa w podrozdziale dotyczącym stosowania substancji psychodelicznych w celu osiągnięcia OOBE.

Doktor Strassman w latach 1990–1995 przeprowadził ważne badania kliniczne, podczas których podał dożylnie około czterystu dawek DMT sześćdziesięciu ochotnikom. W swojej książce *DMT. Molekuła duszy* stawia on śmiałą tezę, w myśl której naturalnie uwalniane przez szyszynkę DMT umożliwia duszy wniknięcie do ciała oraz jego opuszczenie, co następuje również podczas narodzin i śmierci, a także towarzyszy głębokim stanom medytacyjnym. Według autora DMT produkowane jest właśnie w tych kluczowych momentach życia człowieka: przy narodzinach oraz śmierci, a także w czasie tzw. stanów mistycznych<sup>284</sup>. Jak twierdzi Strassman, tkanka szyszynkowa umierającego lub nawet niedawno zmarłego człowieka jeszcze przez kilka godzin (czasem również dłużej) może produkować DMT i oddziaływać na utrzymującą się świadomość<sup>285</sup>. W oparciu o wcześniejsze rozważania na temat utraty świadomości podczas „przebywania poza ciałem” i liczne przypadki odczuwania tego stanu wśród ludzi w stanie przedśmiertnym można wysnuć wniosek, że wrażenie osiągnięcia OOBE może być skutkiem oddziaływania DMT na umysł. Narodziny i śmierć, podczas których według Strassmana zachodzi produkcja DMT, są stanami będącymi przedmiotem badań przeprowadzonych przez Michaela Newtona, wspomnianych wcześniej. Przypomnijmy, że polegały one na regresji hipnotycznej pacjentów do tych momentów, co skutkowało odnoszeniem przez nich wrażenia, iż ich świadomość znajdowała się wtedy poza ciałem. Co więcej, Strassman przytacza nauki zawarte w *Księdze Umarłych* buddyzmu tybetańskiego, które głoszą, że dusza niedawno zmarłej osoby potrzebuje czterdziestu dziewięciu dni, aby się reinkarnować, zatem od chwili zgonu danej osoby do „odrodzenia się” jej siły życiowej w innym ciele mija, zgodnie z tym założeniem, siedem tygodni. Następnie autor stwierdza, że ten sam okres czterdziestu dziewięciu dni wyznacza dwa przełomowe momenty w formowaniu się ludzkiego płodu. Od chwili poczęcia musi bowiem minąć, jak pisze, czterdzieści dziewięć dni, by pojawiły się pierwsze zarysy szyszynki (!). W tym samym czasie mają pojawić się także pierwsze

---

<sup>283</sup> *Dimetylotryptamina* w bazie ChemIDplus. United States National Library of Medicine. Dostępne w internecie: <http://chem.sis.nlm.nih.gov/chemidplus/rn/61-50-7> [dostęp: 24.04.2014].

<sup>284</sup> R. Strassman, op. cit., s. 16.

<sup>285</sup> Ibidem, s. 95.



sygnały sugerujące płęć przyszłego dziecka. Strassman konkluduje: „odrodzenie duszy, szyszynka i narządy seksualne – wszystkie potrzebują siedmiu tygodni, by się zmanifestować”<sup>286</sup>. Jeśliby przyjąć koncepcję autora, można dojść do wniosku, że podczas narodzin i śmierci DMT jest produkowane naturalnie, w związku z czym naturalnie zachodzi również OOB. W przypadku wspomnianych stanów mistycznych DMT byłoby produkowane dzięki stymulacji szyszynki jednym z podanych sposobów (lub wskutek połączenia dwóch lub więcej metod), co – według zamieszczonych wcześniej relacji – mogłoby wywołać OOB.

Zdaniem Strassmana „DMT (N,N-dimetylotryptamina) istnieje w ciele każdego z nas, a także w królestwie zwierząt i roślin. Jest ono naturalnym składnikiem zarówno organizmu ludzkiego, jak i organizmów innych ssaków, zwierząt morskich, ropuch i żab; znajduje się w trawach i ziarnach, grzybach i pleśniach, a także w korach, kwiatach i korzeniach różnych roślin”<sup>287</sup>. Autor pisze, iż skutkiem zażycia DMT są zwykle halucynacje wzrokowe i oderwanie się świadomości od ciała fizycznego, co jest też przecież deklarowane przez hipotetycznych adeptów OOB. Należy zwrócić uwagę również na to, że osoby badane przez Strassmana miały po zażyciu DMT wrażenie obecności „kogoś innego”<sup>288</sup>. Odczuwanie obecności innych istot („pomocników”, „przewodników”, „bytów”, „obcych”, poświadczane także przez osoby deklarujące praktykowanie OOB, zostanie szerzej opisane w podrozdziale 3.3. pracy.

Najlepszym dowodem na niezwykle podobieństwo doznań po zażyciu DMT do odczuć podczas OOB jest relacja jednego z uczestników badania, które przeprowadził Strassman:

Cały świat jest wspaniały (...) Pomieszczenie jest pełne duchów. Przyprawia mnie to o zawrót głowy [...]. (...) Czuję się dokładnie tak, jakbym leciał w powietrzu (...). Mam wrażenie, że znajduję się ponad tym wszystkim, ponad ziemią. Dobrze jest wiedzieć, że wróciłem już na ziemię (...). Wszystko posiada duchowe mrowienie, ale jest tak rzeczywiste (...). Czuję, że wylądowałem (...)<sup>289</sup>.

Ponadto niemal wszystkie osoby badane przez Strassmana zwróciły uwagę na towarzyszące działaniu DMT wibracje i poczucie „potężnej energii pulsującej w ich wnętrzu z bardzo wysoką częstotliwością”. Przykładowe komentarze to: „bałem się, że te wibracje rozsada mi głowę”; „kolory i wibracje były tak silne, że myślałem, iż

---

<sup>286</sup> Ibidem, s. 99.

<sup>287</sup> Ibidem, s. 59.

<sup>288</sup> Ibidem, s. 16.

<sup>289</sup> Ibidem, s. 61–62.

wybuchnę”; „nie sądziłem, że uda mi się wytrzymać we własnej skórze”. Jak relacjonuje autor, badani doświadczali utraty świadomości ciała, co wzbudzało u niektórych poczucie, że po prostu umarli. Najczęściej towarzyszyło temu nasilenie się efektów wizualnych, a u blisko połowy ochotników pojawiły się doznania słuchowe: dźwięki wydawały się im zniekształcone, słyszeli także odgłosy, które nie docierały do innych osób znajdujących się w pomieszczeniu. Strassman przytacza kolejne wypowiedzi uczestników swojego eksperymentu: „moje ciało przestało istnieć”, „moje ciało się rozpuściło – stałem się czystą świadomością”. Doświadczali oni wyraźnego oddzielenia się od ciała fizycznego: „spadania”, „wznoszenia się”, „wzlatywania”, „poczucia lekkości” i „szybkiego ruchu”<sup>290</sup>. Badani opisywali swoje odczucia po zażyciu DMT jako: poczucie beczasowości; niewyraźność; zjednoczenie sprzeczności; kontaktowanie się i stapianie z „niezwykle potężną, mądrą i miłą obecnością”, bardzo często postrzeganą pod postacią białego światła; przeświadczenie, że świadomość trwa po śmierci ciała; uzyskanie bezpośredniej, najbardziej podstawowej wiedzy o stworzeniu i świadomości<sup>291</sup>. Tak Strassman pisze o DMT: „DMT pokazało mi, że rzeczywistość jest bezgranicznie zmienna. Istnieje duże prawdopodobieństwo istnienia równoległych wymiarów. Mogą one być bardziej skomplikowane niż odległe planety zamieszkałe przez społeczności kosmitów. Ta wizja jest zbyt bliska naszej rzeczywistości. DMT nie przypomina swoim działaniem narkotyku. To bardziej zetknięcie się z nową technologią aniżeli odurzenie”<sup>292</sup>.

Strassman wspomina o ciekawym odkryciu wskazującym na to, że metylotransferazy (enzymy tworzące DMT) są bardziej aktywne u schizofreników, dlatego w ich przypadku produkcja DMT jest większa<sup>293</sup>. Ponadto, jak podają W. Pierpaoli, W. Regelson i C. Colman: szyszynka u dzieci jest większa niż u dorosłych i kurczy się z wiekiem<sup>294</sup>, co zapewne wiąże się z faktem, iż mózg dziecka produkuje większą ilość DMT niż mózg zdrowej osoby dorosłej. Jeśliby założyć, że skutek stymulacji szyszynki (np. przez głęboką medytację) również wydziela się większa ilość DMT, co ma skutkować pojawianiem się szczególnie wyrazistych efektów psychodelicznych<sup>295</sup>, można uznać, iż stan umysłu schizofreników, dzieci i osób

---

<sup>290</sup> Ibidem, s. 159–160.

<sup>291</sup> Ibidem, s. 253.

<sup>292</sup> Ibidem, s. 206.

<sup>293</sup> Ibidem, s. 91.

<sup>294</sup> W. Pierpaoli, W. Regelson, C. Colman, *Cud melatoniny*, przeł. R. Konarski, Warszawa 1995, s. 56.

<sup>296</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 215.

medytujących (poddających swoją szyszynkę stałej stymulacji) jest podobny – grupy te łączy umiejętność swoistego „szerszego” postrzegania.

#### **2.6.4. Związki ciała eterycznego z ciałem fizycznym – spekulacje i hipotezy**

Jak twierdzi Castaneda: „Różnica między elementem fizycznym a energetycznym polega na tym, że elementy fizyczne są częścią naszego systemu interpretacji, ale elementy energetyczne już nie. Elementy energetyczne, jak świadomość, istnieją w naszym wszechświecie. Ale my, jako przeciętni ludzie, dostrzegamy tylko elementy fizyczne, ponieważ tak nas nauczono”<sup>296</sup>. Podobny pogląd był już przytaczany w pracy, m.in. w odniesieniu do teorii Lacana. Posiłkując się tą tezą, można twierdzić, że ciało energetyczne wpływa na ciało fizyczne, będące – jak pisze Castaneda – tylko wytworem kulturowym, funkcjonującym w świecie od wieków i przyjętym jako jedyny prawdziwy.

Krzysztof Boruń opisuje zjawisko fantomu energetycznego. Jak relacjonuje, dokonywano zdjęć radiograficznych liścia umieszczonego w polu wysokiego napięcia i częstotliwości, po czym odcinano część tego liścia przed kolejnym zdjęciem, które mimo to ukazywało obraz energetyczny całego liścia (!). Autor twierdzi, że świadczy to o tym, iż ciało eteryczne zachowuje swój naturalny kształt mimo zniekształceń ciała fizycznego<sup>297</sup>. Może to odnosić się również do specyficznej natury bólu fantomowego, o czym wspomina Powell. Autor podaje przykład ludzi, którzy z powodu amputacji utracili jakąś kończynę, ale często twierdzą, że odczuwają ból w miejscu, gdzie się wcześniej znajdowała. Według Powella przyczyną tego jest fakt, iż eteryczna część danej kończyny nie została usunięta razem z częścią fizyczną<sup>298</sup>. Doktor Kubler-Ross – znana specjalistka w dziedzinie psychiatrii, która pracowała z umierającymi oraz ich rodzinami i zgromadziła setki relacji o „pośmiertnych przeżyciach” – wspomina przypadek pewnego chemika, oślepego wskutek wypadku w laboratorium. Rok po tym wypadku miał on przeżyć śmierć kliniczną, podczas której rzekomo przebywał poza ciałem i, jak twierdził, widział wszystko, co działo się z jego ciałem fizycznym, a także wokół niego. Zdaniem doktor Kubler-Ross wielu głuchych lub ślepych ludzi

---

<sup>296</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 215.

<sup>297</sup> K. Boruń, op. cit., s. 35.

<sup>298</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 12.

deklarujących przeżycie OOBÉ przyznawało również, że podczas tego doświadczenia widziało i słyszało bardzo dobrze. Kubler-Ross i Raymond Moody – lekarz, który zbadał ponad sto przypadków śmierci klinicznej – twierdzą, iż ludzie pozbawieni fizycznie którejs z kończyn posiadali tę kończynę w stanie śmierci klinicznej, gdy sądzili, że przebywają poza ciałem<sup>299</sup>. Sylvan Muldoon wyraża następującą opinię: „Astralny odpowiednik jest realnie istniejącym i ożywionym ciałem, natomiast zwykłe ciało fizyczne – zaledwie skorupą dla postrzegającej świadomości”<sup>300</sup>. Zjawisko fantomu energetycznego i natura bólów fantomowych mogą być może wskazywać na to, że ciało eteryczne, jeśliby przyjąć jego istnienie, jest tym ważniejszym, odbierającym bodźce. Uszkodzenia ciała fizycznego nie miałyby wówczas wpływu na odczucia, bo ciało eteryczne funkcjonowałoby w niezmienionej postaci. Jednak – opierając się na przytaczanej wcześniej teorii urzeczywistniania myśli, zakładającej, że to właśnie owo ciało eteryczne jest wyobrażeniem danego *ja* o sobie samym, często uwarunkowanym wizerunkiem fizycznym – można sądzić, iż to ciało fizyczne jest tym pierwszym, a ciało eteryczne powstaje na podstawie wyobrażeń o nim. Opinie na ten temat są podzielone. Powell pisze też o tzw. reperkusji, czyli ścisłym związku pomiędzy ciałem fizycznym i eterycznym, który powoduje, że uszkodzenie jednego prowadzi do analogicznego uszkodzenia drugiego<sup>301</sup>. Natura bólu fantomowego jednak zdaje się temu zaprzeczać, zatem – na podstawie powyższych teorii – związek ciała fizycznego z eterycznym i wpływ jednego na drugie jest kwestią względną. Tę względnosc potwierdzają ponadto wspomniane już badania Michaela Newtona. Doszedł on do wniosku, że podświadomy umysł często zachowuje w pamięci doświadczenie śmierci z poprzednich wcieleń. Podaje przykład osoby, która pojawiła się u niego, ponieważ przez całe życie miała kłopoty z gardłem. Jak twierdzi autor, podczas hipnozy okazało się, że kiedyś zmarła ugodzona w szyję z bliskiej odległości<sup>302</sup>. Ten przypadek mógłby zatem świadczyć o tym, iż uraz ciała fizycznego (np. wspomniane ugodzenie w szyję) jest także urazem ciała energetycznego, które ponadto przenosi w sobie przykre doświadczenie i przekłada je na „nowe” ciało fizyczne.

O związku ciała fizycznego z ciałem eterycznym świadczy też nietypowa, w kontekście pozostałych przypadków, historia opisana przez Romana Bugaja. Jak relacjonuje badacz, ulegająca eksterioryzacji jasnowidząca Fryderyka Hauffe została

---

<sup>299</sup> I. Currie, op. cit., s. 170–171.

<sup>300</sup> N. Drury, op. cit., s. 34.

<sup>301</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 11.

<sup>302</sup> M. Newton, *Wędrownica dusz...*, s. 17.

poddana obserwacji przez doktora Justyna Kenera. Bugaj przytacza słowa Kenera opisujące chwilę, gdy ten miał dostrzec sobowtóra pani Hauffe:

Gdy znowu jednego razu widziała sama siebie, a ja to spostrzegłem (!), wszedłem w środek pomiędzy nią a jej obraz. Powiedziała potem, że sprawiło jej to uczucie najbardziej przykre, albowiem odczuwała się wskutek tego jakby odcięta od swej duszy<sup>303</sup>.

Rozszerzając związek obu ciał także na zmysły i zakres postrzegania, można wspomnieć o niekwestionowanym wpływie medytacji i wszelkiej innej pracy z energią na codzienne życie (w ciele fizycznym). Przykładowo Powell twierdzi, że przebudzenie ośrodka astralnego odpowiadającego czakrze gardła (*Wisuddha*) umożliwia danej osobie „słyszenie dźwięków świata astralnego”. Jak pisze autor, „po rozbudzeniu tego ośrodka człowiek w stanie świadomości fizycznej słyszy głosy, które niekiedy podają mu różnego rodzaju sugestie”<sup>304</sup>.

### 2.6.1. Sugestie zagrożeń związanych z praktykowaniem OOB

Podobnie jak związek między ciałem eterycznym i fizycznym uważa się za względny i niejednoznaczny, tak w sposób nieoczywisty oceniane są skutki praktykowania OOB, które byłyby znaczące w „realnym”, fizycznym świecie.

Bessière przytacza opinię profesora Jeana Lermithé’a – psychiatry, który twierdzi, że konsekwencją praktykowania OOB może być rozdwojenie osobowości. Lermithé przestrzega przed „bilokacją okazjonalną, sprowokowaną, eksperymentalną i źle kontrolowaną”<sup>305</sup>. Informuje, iż wtedy „obcy duch może się w nas zagnieździć, co nieraz mu się udaje, a my to później nazywamy natręctwem lub podwójną osobowością”. Jako metodę zwalczania podaje egzorcyzmy<sup>306</sup>.

Zdaniem Powella, aby uniknąć przykrych następstw, należy „wychodzić z ciała” według konkretnych wskazań. Autor podkreśla, że tzw. *kundalini* – siła, która aktywizuje odpowiednie ośrodki eteryczne (czakry) – musi przepływać przez nie w określonej kolejności i w określony sposób (spiralnym ruchem wzwyż<sup>307</sup>). Powell enigmatycznie pisze o „bardzo poważnych niebezpieczeństwach, których powagi nie

<sup>303</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne...*, s. 27.

<sup>304</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 48.

<sup>305</sup> R. Bessière, op. cit., s. 126.

<sup>306</sup> Ibidem, s. 126.

<sup>307</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 62.

podobna sobie uzmysłowić, czyhających na ludzi przypadkowo lub przedwcześnie doprowadzających do obudzenia *kundalini*”. Jak informuje, tym procesem musi pokierować „Mistrz lub doświadczony okultysta”<sup>308</sup>. Następnie konkretyzuje swój wywód: „Bardzo częstym skutkiem przedwczesnego obudzenia tej siły jest skierowanie jej w dół do niższych ośrodków ciała, zamiast wzwyż, wskutek czego dochodzi do pobudzenia i wzmożenia najmniej pożądanых napiętości, i to w takim stopniu, że człowiek nie jest w stanie się przed nimi obronić. [...] Istnieje szkoła czarnej magii wykorzystująca celowo tę siłę [...]. Przedwczesny rozwój *kundalini* uintensyfikuje więc wszystko w naturze człowieka”<sup>309</sup>.

Aleister Crowley pisze z kolei o konieczności odpowiedniego zakończenia eksterioryzacji: „Niezależnie od tego, czy udaje się nam dobrze wyjść z ciała, należy przede wszystkim pamiętać o tym, by postarać się o dokładny powrót do ciała. [...] Jeżeli nie zrobimy tego dokładnie, możemy popaść w nie lada kłopoty. Nasze świetliste ciało może się błąkać bez kontroli, może być atakowane, a nawet opętywane. Odczuwać to będziemy w postaci bólów głowy, złych snów, a może nawet bardziej poważnych znaków, takich jak histerie, utraty przytomności, szaleństwo i paraliż”<sup>310</sup>. Crowley podaje zabezpieczenia przed takim rozwojem sytuacji właściwe dla magii ceremonialnej, m.in. wyświęcenie kręgu<sup>311</sup>, w którym ma znajdować się osoba eksterioryzująca, a także zaleca zdyscyplinowanie i codzienną praktykę<sup>312</sup>. Powell z kolei przytacza fragment pracy *Posthumous humanity* H. S. Olcotta, przewidującego jeszcze gorszy scenariusz niewłaściwego zakończenia eksterioryzacji niż Crowley: „Gdy sobowtór zostanie oddzielony przez wyćwiczonego specjalistę, samo ciało wydaje się zupełnie bezwładne, a umysł pogrąża się w »zadumę«, czyli stan zupełnego oszołomienia; oczy mają martwy wyraz, działanie serca i płuc słabnie, a ciepłota ciała często obniża się poniżej normalnego poziomu. W takiej sytuacji niebezpieczny jest nagły hałas lub niespodziewane wtargnięcie kogoś do pokoju, w którym odbywa się eksperyment. Jeśli bowiem w wyniku błyskawicznej reakcji sobowtór powróci do ciała, serce zacznie bić gwałtownie i może nawet nastąpić śmierć”<sup>313</sup>. Argumentem, który przemawiałby za tą teorią, jest wcześniej przytaczane założenie, że świadomość opuszcza ciało podczas doświadczania OOB, a to ona przecież warunkuje normalne

---

<sup>308</sup> Ibidem, s. 60–61.

<sup>309</sup> Ibidem, s. 61.

<sup>310</sup> A. Crowley, op. cit., s. 110–111.

<sup>311</sup> Ibidem, s. 111.

<sup>312</sup> Ibidem, s. 115.

<sup>313</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 11.

funkcjonowanie ludzi w świecie fizycznym. Jeśli zatem ciało fizyczne osoby eksterioryzującej jest zwykle nieprzytomne, właśnie wskutek hipotetycznego przeniesienia świadomości poza jego granice, można dojść do prostego wniosku, że aby odzyskało przytomność, świadomość musi powrócić.

Michael Newton uspokaja potencjalnych adeptów OOB, pisząc o niemożliwości wspomnianego przez Crowleya opętania: „Kiedy energia duszy opuszcza ludzkie ciało, nie stwarza to automatycznie okazji dostania się do wolnego umysłu jakimś demonicznym siłom. To kolejny przesąd. Pomijając już nieistnienie istot demonicznych [zdaniem badacza ludzie nie rodzą się z natury zli, dlatego nie ma takich istot – D. K.], umysł nigdy nie jest całkowicie pozbawiony energii podróżującej poza nim duszy. Wrogie istoty nie zdołałyby się do niego wcisnąć, nawet gdyby istniały”<sup>314</sup>.

Zdaniem Darka Sugiera, polskiego propagatora idei OOB oraz inicjatora społecznościowego ruchu zwanego OBE Rebelią, praktykowanie OOB nie wiąże się z żadnym niebezpieczeństwem. Sugier zapewnia: „za każdym razem wrócisz do ciała. Co noc eksterioryzujesz, tyle że nieświadomie”<sup>315</sup>.

Widzimy zatem, wzięwszy pod uwagę przytoczone opinie różnych autorów, iż kwestia bezpieczeństwa praktykowania OOB jest według nich niejednoznaczna.

---

<sup>314</sup> M. Newton, *Przeznaczenie dusz...*, s. 94.

<sup>315</sup> D. Sugier, *Miłość i wolność poza ciałem*, Świdnik 2002, s. 86.

## Rozdział 3

# OOBE – prawdziwe zjawisko czy złudzenie? Odniesienia do filozofii, psychologii, religii, ezoteryki, magii i dzieł kultury

### 3.1. OOBE a psychologia, filozofia i religia

Jak twierdzi Roman Bugaj: „Przekonanie o przetrwaniu po śmierci, utrwalone u osób doznających stanu eksterioryzacji, stało się niewątpliwie podstawą utworzenia pojęcia duszy, jako centralnego pojęcia występującego w wierzeniach reprezentowanych przez większość religii świata”<sup>316</sup>. Na tej podstawie można skonstruować, że odczuwanie doświadczenia eksterioryzacji jako przeżycia duchowego umacnia przekonanie, że człowiek jest czymś więcej niż ciałem. Ponadto oddziaływanie to wydaje się obustronne – według wielu relacji także określone wyznanie ma wpływ na przeżycia osoby, która – jak twierdzi – doświadcza eksterioryzacji. Michael Newton informuje w odniesieniu do swoich badań: „Wielu moich pacjentów uważa początkowo, że widzi anioły, kiedy cofam ich do świata dusz; zwłaszcza myślą tak osoby głęboko wierzące. Reakcja ta przypomina reakcje ludzi, którzy doświadczyli śmierci klinicznej. [...] Te istoty duchowe otacza białe światło, mogą one pojawiać się w powłóczy szatach. [...] Przypuszczam, że wiara w anioły u wielu ludzi bierze się z wewnętrznej potrzeby posiadania osobistej ochrony”<sup>317</sup>. O przewodnikach, których obecność sygnalizują hipotetyczni adepci OOBE, napiszę więcej w dalszej części pracy, jednak tu warto nadmienić, że owi przewodnicy często są opisywani jako postaci znane podróżnikom z przekazów religijnych, o czym nadmienia Newton w kolejnej swojej książce. Píše, iż w przypadku ludzi głęboko wierzących przewodnicy ukazują się jako postaci z ich religii<sup>318</sup>. Przyjąwszy założenie, że dusza, korzysta z możliwości podziału swojej energii, o czym była mowa wcześniej, można byłoby wysunąć tezę, iż i w tym przypadku ulega ona podziałowi, objawiając się świadomości podróżnika jako jeden z jego sobowtórów, a zarazem przewodnik, zapewniający bezpieczeństwo świadomości

---

<sup>316</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 270. Na podstawie: E. E. Mitchell, *Psychic Exploration. A challenge for Science*.

<sup>317</sup> M. Newton, *Przeznaczenie dusz...*, s. 55–56.

<sup>318</sup> Idem, *Wędrownica dusz...*, s. 110.



przeniesionej do ciała eterycznego. Andrzej Szyjewski – doktor habilitowany, religioznawca i etnolog religii – w ciekawy sposób pisze o transie szamańskim, podczas którego „pojawia się poczucie bycia poza ciałem (eksterioryzacja). [...] Tym samym, w szczególnych warunkach, możliwa jest percepcja własnych wyobrażeń jako postrzeżeń”<sup>319</sup>. Jak twierdzi Szyjewski, szamanom towarzyszą duchy pomocnicze, ujmowane jako alter ego („drugie ja”) szamana, sobowtór, cień itp. Podaje, że „zdaniem psychologów duch opiekuńczy stanowi część psychiki szamana, która jest w stanach normalnych niedostępna świadomości”<sup>320</sup>.

Jan Trąbka wspomina o ciekawym zjawisku – emergencji, czyli wynurzeniu się duszy z mózgu<sup>321</sup>. Autor objaśnia: „Irracjonalnym mistycyzmem byłaby akceptacja poglądu, że z mózgu może wynurzyć się coś, czego tam uprzednio nie było w postaci ukrytej [...]. Tym sposobem myślenie emergencyjne doprowadza neurologa do immanencji mózgowej. [...] »Immanenty« to znaczy pozostający w ukryciu, w postaci zarodkowej. Skondensowanej, o esencjonalnej konsystencji nienadającej się – bez uprzedniego rozproszenia [...] – do użytku. Dalsze konotacje filozoficznego immanentyzmu są nie do przyjęcia dla neurologa, bo to coś ukrytego w mózgu może lub wręcz powinno wyjść poza dany przedmiot. [...] Bo gdy warunki zewnętrzne wybitnie się zmieniają, wtedy z wnętrza mózgu wydobywają się cechy immanentne, jakby wybudzone ze snu. [...] W mózgu, w postaci latencyjnej, czekają na proces aktualizacji instytucje psychiczne, bez których nie można wyobrazić sobie życia, jak świadomość, inteligencja itp. Jedyne bezpośredni kontakt z owymi instytucjami, jakkolwiek poza świadomością, nawiązuje się w czasie kontemplacji i medytacji”<sup>322</sup>. Zgodnie z powyższym można byłoby uznać projekcje postaci sobowtóra i pomocnika za skutek opisywanej przez Trąbkę emergencji.

W tym kontekście warto przywołać figurę cienia, opisywaną przez Junga: „Cień symbolizuje naszą »drugą stronę«, naszego »ciemnego brata«; jest on wprawdzie niewidzialny, ale stanowi nierozdzieloną część naszej całościowej psyche”<sup>323</sup>. Filozof konkretyzuje: „Swoje cienie można spotkać albo w postaci wewnętrznej, symbolicznej, albo zewnętrznej, konkretnej. W pierwszym przypadku pojawia się on wśród danych nieświadomości, na przykład jako postać marzenia sennego, uosabiająca jakąś jedną lub

---

<sup>319</sup> A. Szyjewski, *Szamanizm*, Kraków 2005, s. 18.

<sup>320</sup> Ibidem, s. 83.

<sup>321</sup> J. Trąbka, op. cit., s. 62.

<sup>322</sup> Ibidem, s. 62–63.

<sup>323</sup> J. Jacobi, *Psychologia Carla Gustava Junga*, przeł. S. Łypcakiewicz, Warszawa 2001, s. 151.

jednocześnie kilka cech psychicznych śniącego; w drugim przypadku będzie to człowiek z otoczenia pacjenta, który dla tego ostatniego z tych lub innych przyczyn strukturalnych staje się nosicielem projekcji jego jednej cechy lub kilku cech ukrytych w nieświadomości”<sup>324</sup>. Sądzę, że można postawić śmiałą tezę, iż Jungowska figura cienia odzwierciedla to, co autorzy zajmujący się kwestią podróży pozacielesnych określają mianem przewodnika, a także sobowtóra eterycznego – projekcję *ja* lokowanego w specyficznym, świadomym marzeniu sennym, jakim może być OOB. Należy dodać, że marzeniem sennym, będącym dla Junga głównym narzędziem jego metody terapeutycznej, są też według niego fantazje i wizje<sup>325</sup>; podobny pogląd na temat śnienia wyraża również Castaneda, o czym była mowa wcześniej.

Analogicznie do figury cienia, utożsamionej wcześniej zarówno z sobowtorem eterycznym, jak i przewodnikiem duchowym, także „Wielkie JA” (na podstawie przytoczonych źródeł mogące zostać określone jako właściwe *ja* jednostki ludzkiej, którego podział jest zgodny z teorią hologramu i do którego poznania dąży podróżnik duchowy) wydaje się znajdować swój odpowiednik w filozofii Junga. Jung wspomina bowiem o Jaźni stanowiącej „wielkość nadrzędną wobec świadomego *ja*. Obejmuje [ona] nie tylko świadomą, ale i nieświadomą część psyche i dlatego jest jakby osobowością, którą my także jesteśmy. [...] Jaźń jest nie tylko punktem środkowym, ale zarazem całym obszarem, który obejmuje świadomość i nieświadomość; stanowi centrum świadomości”<sup>326</sup>. Analogicznie, także ową Jaźń, jako całość zawierającą się w każdej części, w poszczególnej jednostce, można by odnaleźć we właściwych dla licznych religii pojęciach *duszy* czy *Boga*.

Przykładowo mistycyzm hinduizmu głosi, że „dusza jest Bogiem, [a] wszelka świadomość jest tą Jedną Świadomością, którą jest Bóg”<sup>327</sup>; przy czym mistycy ci zalecają, aby zdystansować się do swojego ziemskiego ego, a na swoje pytania nie poszukiwać odpowiedzi dyktowanych rozumem<sup>328</sup>. *Ja* musi zatem stać się tutaj *innym*, z perspektywy drugiej osoby prowadzić dialog z samym sobą, czego projekcją, w oparciu o wcześniejsze założenia, może być eksterioryzacja. Jak piszą autorzy – Timothy Freke i Peter Gandy – także niezwykle spokój umysłu osiągany przez buddystów podczas medytacji sprawia, że „mystyk jest świadkiem przepływu myśli,

---

<sup>324</sup> Ibidem, s. 152–153.

<sup>325</sup> Ibidem, s. 104.

<sup>326</sup> Ibidem, s. 175.

<sup>327</sup> T. Freke, P. Gandy, *Mistycyzm a religie świata*, Warszawa 2002, s. 45.

<sup>328</sup> Ibidem, s. 147.

lecz nie identyfikuje ich jako swoje”<sup>329</sup>. Buddyzm określa Boga jako „ciemność”, ponieważ uznaje się, że nie można go poznać poprzez myśli, a tylko przez nieobecność wiedzy, co wiąże się z koniecznością opróżnienia umysłu z wszelkich myśli<sup>330</sup>. Można zatem przyjąć, że punktem wspólnym opisów eksterioryzacji i założeń religii Wschodu jest nieświadomość, przy czym – paradoksalnie – musi być ona uświadomiona, tzn. świadomość powinna przenieść się w nieaktywną na co dzień sferę nieświadomości. W mistycyzmie na opisanie tego szczególnego stanu umysłu używa się określenia: olśniewająca ciemność<sup>331</sup>. Hipotetyczne przeżycia eksterioryzacyjne, znajdujące swój wyraz w relacjach osób, które – jak twierdzą – ich doświadczyły, wydają się przenosić świadomość jednostki z powrotem na poziom, na którym znajdowała się przed przekroczeniem stadium lustra Lacana. Byłaby ona wówczas ponownie połączona z Jaźnią, a zatem z wyższą świadomością, wspólną wszystkim. Jak twierdzi niemiecki filozof Ludwik Feuerbach (będący w gruncie rzeczy materialistą zwalczającym idee nieśmiertelności i nadprzyrodzoności): „Świadomość Boga jest świadomością człowieka, poznanie Boga – samopoznaniem człowieka [...]. To, co jest Bogiem człowieka, jest jego duchem, jego duszą. [...] Bóg jest ujawnioną wewnętrzną istotą człowieka, wypowiedzianą jaźnią [...] Człowiek transponuje swą istotę najpierw poza siebie, zanim ją odnajdzie w sobie”<sup>332</sup>. Także ten szczególny stan umysłu można by zestawić z Jungowskim stanem inflacji ego, charakteryzującym się podwyższonym poziomem energetycznym świadomości oraz wzmożonym poczuciem subiektywnej wartości: „Energia libido jest czerpana przez ego bezpośrednio z nieświadomości. Następuje wzmocnienie energii podmiotu ponad poziom przeciętny. Proporcjonalnie do wzrostu subiektywnej mocy zmienia się spojrzenie na rzeczywistość. Projekcja wewnętrznego stanu może osiągnąć poziom maniakałny lub urojeniowy. Naturalnym wzorcem tego typu przeżyć są marzenia senne, które Freud nazwał fizjologiczną psychozą”<sup>333</sup>. Można zauważyć, że owo poczucie wzniosłości i niezwyklej jasności umysłu sygnalizują także osoby deklarujące przeżywanie eksterioryzacji, która jest kwalifikowana jako szczególnego rodzaju marzenie senne. Co więcej, przykładem stanu inflacji może być też identyfikacja jednostki z centrum świata – „stan oazy psychicznej

---

<sup>329</sup> Ibidem, s. 52.

<sup>330</sup> Ibidem, s. 94.

<sup>331</sup> Ibidem, s. 129.

<sup>332</sup> L. Feuerbach, *Bóg jest istotą człowieka* [w:] *Zagadnienia i kierunki filozofii. Ontologia, epistemologia, etyka (wybór tekstów)*, pod red. J. Galarowicza, W. Jaworskiego, A. Małeckiej, Kraków 1990, s. 370.

<sup>333</sup> Z. W. Dudek, *Podstawy psychologii Junga. Od psychologii głębi do psychologii integralnej*, Warszawa 2002, s. 197.

typowy dla postawy dziecięcej (narcystycznej) i przeżyć mistycznych”<sup>334</sup>. Kolejne zestawienie myślenia mistycznego i dziecięcego sprawia, że związek między szyszynką, która – jak zostało już wspomniane – u dzieci jest większa i wydziela większą ilość DMT, a przeżyciami mistycznymi, np. eksterioryzacją, staje się jeszcze wyraźniejszy.

## 3.2. OOBÉ a spirytyzm

Spirytyzm według definicji Alana Kardeca opiera się na doktrynie objawionej ludziom przez „duchy wyższe” za pośrednictwem innych ludzi, nazywanych *mediami*<sup>335</sup>. Samo słowo *spirytyzm* pojawiło się po raz pierwszy w dziele Kardeca, opublikowanym w Paryżu w 1857 roku, pod tytułem *Księga duchów czyli zasady doktryny spirytystycznej na temat nieśmiertelności duszy, natury duchów i ich relacji z ludźmi, praw moralnych, obecnego życia, życia przeszłego i przyszłości ludzkości, według nauki danej przez duchy wyższe za pośrednictwem różnych mediów*<sup>336</sup>. Zwyczaj kontaktowania się z duszami zmarłych znany był w starożytności pod nazwą *nekromancji* lub *negromancji*<sup>337</sup>. Dziewiętnastowieczny nowy spirytualizm, nazywany we Francji spirytyzmem, stał się rozległym ruchem społecznym, mającym w samych Stanach Zjednoczonych około dziesięciu milionów zwolenników (często byli to przedstawiciele inteligencji: lekarze, duchowni, prawnicy, literaci, politycy), skupionych w licznych klubach i organizacjach<sup>338</sup>. Za początek „nowożytnej ery spirytyzmu” przyjmuje się datę 31 marca 1848 roku, która ma związek z wydarzeniami rozgrywającymi się w domu rodziny Foxów w Hydesville w stanie Nowy Jork. Siostry Fox rzekomo miały porozumiewać się z duchem zamordowanego w ich domu Charlesa B. Rosmy<sup>339</sup>, dzięki czemu stały się sławne w całej Ameryce. Pierwsze zebranie zafascynowanych zjawiskami spirytualistów odbyło się 14 listopada 1849 roku w Corintian Hall w Rochester. Dziewczynki ruszyły w podróż po Stanach Zjednoczonych, demonstrując efekty seansów urządzanych za pieniądze. Zaczęto organizować komisje i komitety mające za zadanie badać niezwykle zjawiska<sup>340</sup>, które chciano zracjonalizować, bowiem – jak twierdził Alan Kardec: „spirytyzm będzie

---

<sup>334</sup> Ibidem, s. 205.

<sup>335</sup> M. Fiori, *Spirytyzm. Czy można komunikować się ze zmarłymi?*, przeł. P. Furdzik, Ząbki 2003, s. 19.

<sup>336</sup> Ibidem, s. 17.

<sup>337</sup> Ibidem, s. 25.

<sup>338</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 15–16.

<sup>339</sup> M. Fiori, op. cit., s. 10.

<sup>340</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 10–12.

naukowy albo nie będzie go wcale”<sup>341</sup>. Aby podkreślić racjonalność tych fenomenów, wprowadzono następujące rozróżnienie: „W człowieku są trzy rzeczy (elementy): a) ciało – substancja materialna, podobna do tej, jaką posiadają zwierzęta, ożywiona przez tę samą zasadę ożywiająca; b) dusza – substancja niematerialna, duch wcielony w ciało; peryduch (ciało eteryczne) – ogniwo łączące duszę i ciało, zasada pośrednicząca między materią i duchem. [...]. Peryduch (ciało eteryczne) łączy ciało i ducha. Jest on rodzajem osłony na wpół materialnej. Po śmierci, będącej zniszczeniem osłony bardziej prymitywnej, duch zachowuje inną osłonę, która służy mu za ciało eteryczne, normalnie niewidzialne dla nas, ale które w pewnych okolicznościach może stać się widzialnym, a także dotykalmym”<sup>342</sup>. Także Ryzl podaje, iż „podstawowa nauka spirytyzmu stwierdza, że każdy człowiek posiada ducha, będącego nośnikiem jego osobowości i zdolności intelektualnych”<sup>343</sup>. Na podstawie tych informacji można stwierdzić, że spirytyzm ma wiele cech wspólnych z relacjami na temat OOB.

Powell pisze, iż ciało eteryczne, które objawia się na seansach spirytystycznych, pojawia się dzięki wydzieleniu przez medium tzw. ektoplazmy – „materii eterycznej [...] stanowiącej podstawę zjawisk występujących podczas seansów spirytystycznych”<sup>344</sup>. Currie charakteryzuje ektoplazmę jako „białą, galaretowatą substancję”<sup>345</sup>. Dodaje też, że „chemiczne analizy dowiodły, że jest to złożony konglomerat aminokwasów, innymi słowy – białko”<sup>346</sup>. Bugaj zaś informuje, iż „ektoplazma do utworzenia sobowtóra pochodzi bądź od osoby, która go wysyła, bądź od osób, którym on się pojawia”<sup>347</sup>. Co ciekawe, według Grzybowski, w przypadku seansów przeprowadzanych przez Jana Guzika, światowej sławy medium, pierwsze materializacje przypominały właśnie jego, później natomiast wyglądały jak zmarli znajomi uczestników seansu<sup>348</sup>. Również Bugaj pisze, że zjawa jest na początku podobna do medium, później staje się odrębną osobą<sup>349</sup>.

Zdaniem Borunia opisywane ukazywanie się zjaw na seansach z udziałem medium materializacyjnego może być wyjaśnione następująco: „Zjawa jest dwójnikiem – sobowtorem eterycznym medium; jego ciało eteryczne i astralne przybiera formę

---

<sup>341</sup> Ibidem, s. 37.

<sup>342</sup> M. Fiori, op. cit., s. 19.

<sup>343</sup> M. Ryzl, op. cit., s. 91.

<sup>344</sup> A. E. Powell, op. cit., s. 122.

<sup>345</sup> I. Currie, op. cit., s. 114.

<sup>346</sup> Ibidem.

<sup>347</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 99.

<sup>348</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 166.

<sup>349</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, Warszawa 1990, s. 189.

widzialną dzięki wykorzystaniu substancji i energii ciała fizycznego. Postać, jaką przyjmuje zjawia, zależy od wyobrażenia powstającego w ciele astralnym medium. Na wyobrażenie to mogą wywierać również wpływ przekazywane nieświadomie myśli uczestników seansu<sup>350</sup>. Należy zauważyć, że tego rodzaju seanse odbywają się zwykle w ciemnościach, co może oddziaływać na pracę szyszynki potencjalnego medium, bowiem – jak już zostało wspomniane – szyszynka nocą produkuje melatoninę („hormon ciemności”), która wywołuje uspokojenie i relaksację. Może to z kolei implikować tezę, że ciemność na seansach ma wywołać stymulację szyszynki, aby pracowała tak, jak pracuje w nocy.

Opisy generowania zjaw przez media spirytystyczne, zgromadzone przez licznych autorów, i przytoczone wcześniej opisy zjawiska eksterioryzacji mają wiele cech wspólnych. Ponadto Roman Bugaj podaje, iż podczas procesu energetyczno-materialnego osoby wydzielające sobowtóra tracą energię<sup>351</sup>, podobnie jak media, które – zgodnie z relacjami – podczas seansów wydają się tracić świadomość. Wspomina też, że na seansach z Teofilem Modrzejewskim (medium oraz reporterem prasowym, znanym też jako Franek Kluski) zjawy miały pojawiać się w formie sfragmentyrazowanej – np. sama ręka, postać o wiele mniejsza, ale zachowująca proporcje<sup>352</sup> – co przywodzi na myśl relacje osób deklarujących przeżywanie OOB, według których ich ciała eteryczne przybierały przeróżne, często bardzo zmodyfikowane postaci. Ciekawa jest przytoczona przez Bugaj relacja Norberta Okołowicza, pułkownika, działacza społecznego i aktywnego organizatora seansów spirytystycznych, który informuje, że „[na jednym z seansów] stwierdzono występowanie zjawy robiącej wrażenie, jak gdyby jej jeden kształt wypełniało kilka różnych postaci [...] zwracano uwagę na rysy jej twarzy, która stawała się raz kobiecą, inny raz męską, ani na chwilę jednak nie tracąc podwójnego charakteru. Były to jakby dwie, a czasem trzy twarze nasunięte jedna na drugą”<sup>353</sup>.

Kolejne podobieństwo to wspomniany już srebrny sznur, występujący zarówno w relacjach osób deklarujących przeżycie OOB, jak i opisach seansów spirytystycznych. Przez ów srebrny sznur, zdaniem Bugaja, „nieustannie odpływa i dopływa energia czerpana z medium”<sup>354</sup>. O tym zjawisku w kontekście mediów

---

<sup>350</sup> K. Boruń, op. cit., s. 57.

<sup>351</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 99.

<sup>352</sup> Ibidem, s. 178.

<sup>353</sup> Ibidem, s. 185.

<sup>354</sup> Ibidem, s. 321.

spirytystycznych pisze także Boruń, ponadto nazywając wydzielaną zjawę sobowtórem: „Sobowtór połączony jest z ciałem medium »fluidyczną taśmą«, która rozciąga się i staje się coraz cieńsza w miarę wzrostu odległości między nimi [...]. Z relacji mediów wynikało, że podczas eksterioryzacji ich cała osobowość i świadomość zlokalizowana jest w »sobowtórze«, a ich własne ciało stanowi dla nich tylko pustą powłokę”<sup>355</sup>.

Bugaj podaje, że Ochorowicz badał niegdyś medium – Stanisławę Tomczykównę, której „dwojnak czasami objawiał się jako Mała Stasia, a na ręce miał pierścionek należący do Tomczykówny”<sup>356</sup>. Biorąc pod uwagę wcześniejsze wnioski, pojawienie się tajemniczej Małej Stasi można interpretować jako wspomnienie medium, jego zmaterializowane wyobrażenie siebie z czasów dzieciństwa. Zgodnie z tym założeniem zjawy byłyby wytworem umysłu medium, podobnie jak sobowtór eteryczny bywa interpretowany jako rodzaj wyobrażenia osoby, która – jak twierdzi – doświadcza OOB. Podobną tezę wysuwa Józef Świtkowski: „Dziś wiemy już z niezliczonych badań ścisłych, że w większości seansów »stolikowych« obecni rozmawiają tylko z własną podświadomością i że ma to miejsce również wtedy, gdy seanse odbywają się przy współdziałaniu rzeczywistego medium: trans ułatwia mu czytanie w myślach osób obecnych i telepatyczne wydobywanie z ich podświadomości szczegółów nawet zapomnianych, a częsta w transie »zmiana osobowości« podaje pukaniem lub »pismem automatycznym« te szczegóły jako pochodzące od »duchów«”<sup>357</sup>. Zwolennikiem teorii, według której materializacje stanowią namacalną projekcję wyobrażeń medium, był także Gustave Geley<sup>358</sup> – dyrektor Instytutu Metapsychicznego w Paryżu. Przemawia za nią również uwaga, którą wtrąca m.in. Ian Currie – według autora zjawy zmarłych oraz ciała astralne żywych są zazwyczaj w pełni ubrane. Jak podaje, także „astralne ubrania” powstają zależnie od świadomych lub nieświadomych myśli podmiotu<sup>359</sup>.

Zagrożenia wynikające z praktykowania OOB i spirytyzmu również opisywane są podobnie. Posacki informuje: „Od samego początku wielu lekarzy ostrzegało, że spirytyzm może szkodliwie oddziaływać na zdrowie psychiczne ludzi, którzy się nim parają. Szczególnie odnosi się to do medium, któremu grozi, na skutek wchodzenia w stan całkowitej bierności i wypuszczania na wolność wszystkich cieni swojej podświadomości, utrata samokontroli oraz wrodzonych mechanizmów obronnych,

---

<sup>355</sup> K. Boruń, op. cit., s. 115.

<sup>356</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 240–246.

<sup>357</sup> J. Świtkowski, op. cit., s. 22.

<sup>358</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 48.

<sup>359</sup> I. Currie, op. cit., s. 115.

będących częścią ludzkiej natury, i bezwiedne doznanie rozpadu osobowości, który może utrzymać się na stałe, coraz bardziej przybliżając taką osobę do trwałej psychozy. Przez lata pięćdziesiąte dziewiętnastego wieku, gdy spirytyzm był w rozkwicie, w szpitalu dla umysłowo chorych w Zurychu jedną czwartą dwustu pacjentów stanowili właśnie zwolennicy tego ruchu<sup>360</sup>.

### 3.3. Przewodnicy duchowi, demony i inne istoty astralne

Tę część pracy chciałabym poświęcić zagadnieniu przewodników duchowych/doradców, a także nieprzyjaznych istot, często pojawiających się w relacjach osób deklarujących przeżycie podróży pozacielesnej. Jak pisze Posacki, sam Jung był prowadzony przez istotę duchową, którą nazwał Filemonem<sup>361</sup>. Grzybowski zaś relacjonuje, że włoski lekarz Facjus Cardano (1443–1526), rzekomo posiadający medialne zdolności materializacji, jasnowidzenia i eksterioryzacji, stale nawiązywał kontakty z istotami z zaświatów, uzyskując od nich informacje o charakterze przepowiedni, co potwierdził jego syn, kontynuujący prace ojca, Gerolamo Cardano (1501–1576) – profesor uniwersytetów w Mediolanie, Padwie i Bolonii. Zdolności medialne rozwinęły się w wieku młodzieńczym również u Gerolama. W swoich dziełach zawarł on „liczne relacje kontaktów z Duchami, szczególnie wiążące się ze zjawiskiem istnienia opiekunów duchowych”<sup>362</sup>. Także Sokrates utrzymywał, iż „posiada zaufanego geniusza, demona, który wskazuje mu przyszłość i niekiedy nakazuje mu, jak ma się zachowywać i postępować. Filozof sądził nawet, że istota ta jest niezależna i odrębna od niego, ponieważ objawia całkowicie nieznaną mu sprawy”<sup>363</sup>. Takie relacje dały podstawę do sformułowania teorii zakładającej istnienie postrzegania pozazmysłowego, o którym pisał m.in. Ryzl. Jeśli się ją przyjmie, można by założyć, że ów geniusz, opiekun duchowy jest pewnego rodzaju personifikacją „Wielkiego JA”, większej świadomości, o której obecności wspominają osoby doświadczające, jak twierdzą, eksterioryzacji. Według Mindella we śnie „Wielkie JA może się pojawić w formie ducha natury, starej, mądrej kobiety czy mężczyzny. Niektórzy widzą Wielkie JA jako Boga lub połączenie bogów. Kiedy pracujesz nad sobą, Wielkie JA przybiera twoją twarz. W takiej chwili zbliżasz się do

---

<sup>360</sup> A. Posacki, op. cit., s. 240.

<sup>361</sup> Ibidem, s. 107.

<sup>362</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 21.

<sup>363</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 40–41.



swojego sobowtóra. Wraz z rozwojem małe ja staje się w większym stopniu całością ciebie. W snach Wielkie JA i małe ja zaczynają się upodabniać”<sup>364</sup>.

W tym kontekście warto wspomnieć o badaniach Helen Wambach, która wprowadzała swoich pacjentów (750 osób) w stan hipnozy, dzięki czemu – zdaniem autorki – mogli oni przypominać sobie okres przed narodzinami. Większość z nich twierdziła, że jakaś wyższa siła pomagała im przyjść na świat, w wielu przypadkach, według Wambach, zostali do tego przez kogoś nakłonieni. Tym kimś mieli być właśnie tzw. doradcy<sup>365</sup>. Badaczka przytacza relację jednej ze swoich pacjentek:

Przed urodzeniem spostrzegłam, że byłam z kimś razem i myślałam o nim Louis. Byliśmy sobie bardzo bliscy i on przymuszał mnie do przyjścia na świat. Zauważyłam, że jest konieczne, bym znów przeszła kolejne życie, gdyż w okresie pomiędzy wcieleniami fizycznymi nauczyłam się wystarczająco dużo, a Louis przyobiecował mi, że będzie się mną opiekował. Wybraliśmy płody-bliźniaki. Przed urodzeniem byłam już w płodzie i z przykrością odczułam, że Louis wycofał się z płodu, a zatem, że nie przyjdzie on razem ze mną na świat, a już na pewno, że nie będziemy bliźniętami. Wystraszony, powiedział mi, że nie może się teraz razem ze mną urodzić, ale będzie w moich snach i w ogóle pozostanie w pobliżu, by mi pomagać znosić to wszystko, co jest ciężarem w życiu. Stale spostrzegam jakąś postać w snach i ona doradza mi i zapewnia bezpieczeństwo. Myślę, że to jest właśnie Louis<sup>366</sup>.

Znane są także relacje umierających ludzi doświadczających tego rodzaju obecności. Ian Currie, na podstawie swoich badań, wnioskuje: „Zazwyczaj umierającym wychodzą naprzeciw ludzie, którzy byli im bliscy za życia. W innych przypadkach umierający spotykają nieznaną im istotę, która przedstawia się jako »duchowy pomocnik«”<sup>367</sup>. Jak zostało już powiedziane, według opisów dostępnych w wielu źródłach, ciało eteryczne osoby zmarłej niczym nie różni się od ciała żywego człowieka, a eksterioryzacja, jeśliby przyjąć jej istnienie, mogłaby być rodzajem świadomego snu. Zdaniem Michaela Newtona właśnie w snach, które mają „pewne duchowe wartości poznawcze [...] pojawiają się nasi przewodnicy, nauczyciele i bratnie dusze, które przychodzą jako posłańcy, by podsuwać nam rozwiązania”<sup>368</sup>. Jak twierdzi, każdy z jego pacjentów miał osobistego przewodnika<sup>369</sup>. Według autora wynika to z ludzkiej potrzeby projektowania w umyśle postaci antropomorficznych dla

---

<sup>364</sup> A. Mindell, op. cit., s. 244–245.

<sup>365</sup> H. Wambach, op. cit., s. 14.

<sup>366</sup> Ibidem, s. 34–35.

<sup>367</sup> I. Currie, op. cit., s. 173.

<sup>368</sup> M. Newton, *Przeznaczenie dusz...*, s. 39–40.

<sup>369</sup> Idem, *Wędrownica dusz...*, s. 108.

przedstawienia egzystujących wokół mocy duchowych. Łatwiej bowiem prosić o pomoc postać, którą można wyraźnie rozpoznać – biorąc pod uwagę brak wizerunków najwyższego Boga, co wielu osobom utrudnia bezpośredni związek z nim<sup>370</sup>. Newton określa status owych przewodników duchowych następująco: „Jeśli nasza dusza odzwierciedla choć cząstkę nadduszy, którą zwiemy Bogiem, to nasi przewodnicy są lustrem, dzięki któremu możemy zobaczyć siebie w połączeniu z tym stwórcą”<sup>371</sup>, a także dodaje, iż „ten system wewnętrznego doradztwa [...] jest aspektem zarówno nas samych, jak i wyższych mocy”<sup>372</sup>. Warto również przypomnieć, że przewodnicy duchowi są zwykle opisywani jako istoty związane z religią, którą dana osoba wyznaje (zob. podrozdział 3.1. pracy). Według tych relacji przewodnik, podobnie jak ciało eteryczne, może nawet nie mieć postaci, np. charakteryzowany jest jako błękitna energia<sup>373</sup>, co mogłoby wynikać z jego statusu jako projekcji wyobraźniowej osoby mającej doświadczać OOB. Newton opisuje świat duchowy jako bardzo zhierarchizowany, podobnie jak Monroe. Przykładowo wyróżnia, na podstawie swoich badań, poszczególne stopnie zaawansowania przewodników, takie jak: przewodnik junior, przewodnik senior i – najwyższy – przewodnik-mistrz<sup>374</sup>, oraz podaje, że niektórzy ludzie mogą mieć więcej niż jednego przewodnika<sup>375</sup>.

Józef Świtkowski pisze, że „mediami spirytystycznymi opiekują się różne »duchy zmarłych«, których identyfikacja jest mało kiedy możliwa, a parapsychologia uznaje większość z nich za »osobowości wtórne«, będące wynikiem czasowego rozszczepienia świadomości samego medium”<sup>376</sup>. Jeśliby akceptować tę teorię, można byłoby też postawić tezę, iż osoba doświadczająca, jak twierdzi, OOB projektuje zarówno swojego sobowtóra eterycznego, jak i przewodnika. Świtkowski podaje również, że „siłą działającą w ceremoniach magicznych bywa najczęściej wyobraźnia samego maga i jego paranormalne uzdolnienie do ideoplastii (materializowania), a demonami, duchami i sukkubami – jego podświadomość”. Według autora „jest tak nawet wtedy, gdy ci rzekomi pomocnicy buntują się przeciw niemu i czynią mu na przekór”<sup>377</sup>. Jak dalej pisze Świtkowski: „wszak już własna podświadomość – jak to

---

<sup>370</sup> Ibidem, s. 110.

<sup>371</sup> Ibidem, s. 122.

<sup>372</sup> Ibidem, s. 121.

<sup>373</sup> Ibidem, s. 116.

<sup>374</sup> Ibidem, s. 122.

<sup>375</sup> Ibidem, s. 108.

<sup>376</sup> J. Świtkowski, op. cit., s. 44.

<sup>377</sup> Ibidem.

wiemy z psychologii – może występować jako ktoś drugi, mniej lub więcej od nas niezależny, a czasem wprost wrogi”<sup>378</sup>.

Zgodnie z powyższymi wywodami ludzki umysł generuje nie tylko byty pomocnicze, lecz także hipotetycznie wrogie. Analizując tę kwestię z psychologicznego punktu widzenia, można byłoby stwierdzić, iż jest to celowe, nieświadome działanie, mające na celu rozwiązanie pewnych wewnętrznych konfliktów osobowościowych. O swoistej wrogości enigmatycznych bytów duchowych pisze też Mindell, w nawiązaniu do rozważań Castanedy: „Rozwijając się, wojownik najpierw zmagają się z Wielkim JA przybierającym formę demona. Wielkie JA pojawia się najpierw w twoich najgorszych problemach, symptomach cielesnych, przymusowych myślach, problemach niosących zagrożenie w związkach i w grupach. Żeby zwyciężyć w tej batalii, małe ja musi stać się wojownikiem i podjąć zmagania, aby przeszkodzić demonicznej destruktywności tego wspaniałego, wewnętrznego przeciwnika”<sup>379</sup>.

Te różnorodne projekcje o czasem skrajnych naturach są postrzegane przez osoby deklarujące przeżycie OOB jako osobne byty – nie jako część ich własnego *ja*. O „pewnych istotach niematerialnych” postrzeganych przez pacjentów poddanych hipnozie wspomina m.in. Michael Newton<sup>380</sup>. Castaneda nazywa je istotami nieorganicznymi i charakteryzuje następująco: „ciemne, prawie czarne i niezwykle groźnie wyglądające słupy”<sup>381</sup>. Monroe z kolei pisze o Obszarze II, określanym przez niego jako „naturalne środowisko drugiego ciała [...] [gdzie przebywają] ci, którzy żyją, ale śpią, albo pod wpływem narkotyków są rozłączeni ze swoim drugim ciałem, oraz najprawdopodobniej ci, którzy umarli, lecz wciąż są pobudzeni emocjonalnie”<sup>382</sup>. Jak podaje autor, w tym obszarze można również spotkać „wszystkie typy rozszczepionych osobowości i pewne istoty ożywione”<sup>383</sup>. Adepti OOB wspominają o larwach astralnych, ciemnych istotach żerujących na nisko wibrującej energii, jak strach czy nienawiść, które wysysają energię podczas snu<sup>384</sup>. Sądzę, że jeśli przyjęlibyśmy teorię wyobrazeniową, można byłoby odnieść ją również do tej kwestii. Implikowałoby to wówczas założenie, iż byty te nie tyle żerują na negatywnych uczuciach, co są po prostu ich projekcją. O wyobrazeniowej formie istot spotykanych

---

<sup>378</sup> Ibidem, s. 54.

<sup>379</sup> A. Mindell, op. cit., s. 245.

<sup>380</sup> M. Newton, *Przeznaczenie dusz...*, s. 68.

<sup>381</sup> C. Castaneda, *Sztuka śnienia...*, s. 71.

<sup>382</sup> N. Drury, op. cit., s. 48, cyt. za: R. A. Monroe, op. cit., s. 74–75.

<sup>383</sup> Ibidem.

<sup>384</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/index.php?showtopic=6424&st=21> [dostęp: 10.03.2014].

przez podróżników duchowych mogłaby świadczyć wypowiedź jednej z osób deklarującej praktykowanie OOB, zamieszczona poniżej:

Często kiedy śpię, „kończy” mi się sen, mam rozbudzoną świadomość i wyczuwam jakąś obecność. Ostatnio częściej wyczuwam negatywną energię. Kiedy tak się dzieje, lepiej zwyczajnie „nigdzie nie wychodzić”. Kiedy jednak wychodziłem, to miałem przygodę z Demonom, czy Energetyczną Pijawką. Nie były to wytwory mojej wyobraźni. Niedawno, kiedy wyczułem podobną energię, słyszałem nawet zaczepiające mnie głosy – zrezygnowałem z wyjścia. Nie miałem za bardzo siły ani ochoty na spotkanie z intruzami. Postanowiłem spać dalej. W zasadzie zawsze, kiedy wychodzę, ktoś na mnie już czeka. Właściwie zawsze jest to jedna osoba. Czasami jej nie widać, ustawi się za mną i mnie gdzieś zabiera? Raz, tuż po moim wyjściu, natychmiast zjawił się Pomocnik. Usiadł na kanapie po mojej lewej stronie. Przez ułamek sekundy żałowałem, że to nie kobieta. Kiedy tylko to pomyślałem, z prawej strony sfrunęła delikatna blondynka. Wszystko byłoby w porządku, gdyby nie to, że wydawało mi się, że pomocnik mężczyzna po prostu momentalnie zamienił się w kobietę? Później były m.in. wizyty zmarłego ojca i jakiejś nieznanym dziewczyny<sup>385</sup>.

W koncepcjach eksterioryzacji można natknąć się na interpretację, iż wszystko, co rzekomi adepti OOB spotykają podczas swoich podróży, stanowi w rzeczywistości część ich samych.

Jak już zostało powiedziane, NDE (ang. *Near Death Experience*) także jest uznawane za swego rodzaju OOB – według opisów świadomość migruje wówczas poza ciało fizyczne. Roman Bugaj, na podstawie Tybetańskiej Księgi Umarłych, pisze: „Jeśli świadomość umierającego nie jest wystarczająco nakierowana na »jasne światło«, wtedy staje się możliwe, że dostrzeże on tuzin diabłów i demonów wszelkiego rodzaju. Ale w księdze tej kładzie się ponownie nacisk na to, że demony nie posiadają żadnej rzeczywistej obiektywnej egzystencji; są one tylko złudzeniem zmysłów lub »myślaków« i w rzeczywistości nie istnieją, powstają jedynie w świadomości umierającego”<sup>386</sup>. Przemawia to za trafnością tezy, iż zarówno środowisko opisywane jako odwiedzane przez ciało eteryczne, jak i ono samo jest wytworem ludzkiego umysłu. Wspomniane już larwy astralne są zdaniem osób deklarujących praktykowanie OOB tworzone celowo, intencjonalnie. Twierdzą oni, że byty te żerują na pewnych określonych negatywnych emocjach i żywią się nimi. Podobną funkcję mają pełnić tzw. serwitory (służalcy), otrzymujący do wykonania określone zadanie. Powoływanie do

---

<sup>385</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/Kim-Sa-Istoty-Astralne-t6697.html> [dostęp: 10.03.2014].

<sup>386</sup> R. Bugaj, *Eksterioryzacja...*, s. 48.

życia takich istot jest uznawane za niebezpieczną praktykę magiczną, o czym będzie mowa w kolejnej części pracy<sup>387</sup>.

### 3.4. OOBÉ a ezoteryka i magia

Carlos Castaneda pisał, że chrześcijańska koncepcja wypędzenia z raju jest metaforą utracenia milczącej wiedzy – wiedzy o intencji. W takim rozumieniu, zdaniem antropologa, magia stawała się drogą do początków, powrotem do raju<sup>388</sup>. Co ciekawe, jak twierdzi Castaneda: „zmysły [czarowników] wyostrza naddatek energii, uzyskany dzięki odwróceniu uwagi od własnego wizerunku. [...] dlatego też *nagual* [czarownik, opiekun – D. K.] pomaga uczniom roztrzaskać zwierciadło ich wyobrażeń o sobie samych”<sup>389</sup>. Według Castanedy dokonuje się to poprzez przemieszczanie tzw. punktu skalającego, które odgrywa ważną rolę, jako że „ruch punktu skalającego nieuchronnie oddala człowieka od jego wyobrażenia o sobie, dzięki czemu uwypukla się więź człowieka z duchem. [...] to właśnie wyobrażenie o sobie było głównym sprawcą oddzielenia człowieka od ducha. [...] magia jest podróżą powrotną. Zwycięsko wracamy do ducha”<sup>390</sup>. Przychodzi tu na myśl Lacanowskie lustro, będące swoistą bramą oddzielającą pierwotny świat natury i świat kultury. Wyobrażenie o sobie jest częścią świata kultury, magia – obecna poniekąd także w OOBÉ – wymagałaby wyzbycia się tego wyobrażenia, powrotu do „chaosu rozkawałkowania”, o którym pisał Lacan. W przypadku OOBÉ ta droga nie jest jednak przedstawiona tak jednoznacznie. Obserwuje się tu odchodzenie od kulturowej tożsamości, jednak wizerunek stworzony na potrzeby kultury jest wciąż wykorzystywany w celu stworzenia potencjalnej projekcji drugiego ciała (sobowtóra eterycznego). Jeśli przyjmie się holograficzną koncepcję wszechświata (zob. podrozdział 1.3. pracy) i kybalionowską zasadę odpowiedniości identycznych części (zob. podrozdział 1.2. pracy), punkt widzenia właściwy dla potencjalnej podróży pozacielesnej można byłoby uznać za właściwy. Jak pisze Castaneda: „W naszym codziennym życiu mamy zawsze po dwa punkty odniesienia [...]. Tu i tam, wewnątrz i na zewnątrz, dół i góra, zło i dobro i tak dalej. [...] Czarownik postrzega głębię własnych poczynań. [...] jego działania mają trzeci wymiar, trzeci punkt odniesienia. [...] Aby osiągnąć trzeci punkt odniesienia, trzeba

<sup>387</sup> Zob. <http://www.oobe.pl/park/Oobe-Czyli-Eksterioryzacja-t4633.html> [dostęp: 10.03.2014].

<sup>388</sup> C. Castaneda, *Potęga milczenia...*, s. 112.

<sup>389</sup> Ibidem, s. 164.

<sup>390</sup> Ibidem, s. 166.

postrzegać dwa odrębne miejsca jednocześnie”<sup>391</sup>. Należy również zauważyć, że wspomniana już teoria świata jako hologramu, na podstawie którego dokonuje się podział wszystkiego we wszechświecie, a jego źródło zawiera w sobie wszelką wiedzę, ma wiele wspólnego z tzw. Kroniką Akaszy – według okultyzmu wschodniego zawierającą odbicia zjawisk, zdarzeń i myśli, które kiedykolwiek miały miejsce.

Zdaniem Crowleya „istnieje jedna główna definicja celu każdego rytuału magicznego. Jest nim zjednoczenie Mikrokosmosu z Makrokosmosem”<sup>392</sup>. Biorąc pod uwagę wcześniejsze wnioski, można zauważyć podobieństwo inwokacji magicznych, które mają być pomocne w realizowaniu tego zamierzenia, do praktyk autohipnotycznych czy relaksacyjnych, stosowanych, jak już zostało powiedziane, m.in. w celu osiągnięcia OOB. Warunkiem skuteczności tych praktyk są bowiem wiara oraz odpowiednio ukierunkowane myśli, mające doprowadzić do uzyskania określonego efektu. Spersonifikowane istoty, takie jak pomocnicy, anioły i przewodnicy duchowi, mogą być interpretowane jako ogniwo łączące jednostkę (mikrokosmos) z wszechświatem (makrokosmosem) – najgłębszą myślą. Crowley doskonale określił to połączenie, pisząc, że rytuał „polega na identyfikacji maga z bogiem”<sup>393</sup>, przy czym „mag musi zniszczyć swe świadome ego. Musi wchłonąć ego przywoływanego Boga”<sup>394</sup>. Mają towarzyszyć temu swoiste uniesienie, pewnego rodzaju depersonalizacja i powrót do rozkawałkowania – według przytaczanych opisów charakterystyczne też dla hipotetycznych adeptów OOB. Jak pisze Crowley: „Uniesienie niszczy pamięć i paraliżuje mięśnie”<sup>395</sup>. Także z paraliżem ciała fizycznego mamy do czynienia w przypadku relacji osób deklarujących doświadczenie podróży poza ciało. OOB i sobowtór eteryczny w swoich charakterystykach są zbieżne z założeniami praktyk magicznych; być może zatem projekt eksterioryzacji powstał w oparciu o nie. Zdaniem Crowleya: „Poza różnymi działaniami magicznymi istotą praktyki magicznej jest odpowiednie wytworzenie Istoty Magicznej, zwanej także Świetlistym Ciałem. [...] Przyjmijmy więc, że mag rozwinął swoje Świetliste Ciało, które udaje się tam, gdzie on chce, i robi to, co on chce. Ciało to wszakże jest ograniczone, ponieważ składa się z delikatnej materii żywiołu maga. Dlatego, choć może penetrować najdalsze zakątki niebios i prowadzić pełne wigoru batalie

---

<sup>391</sup> Ibidem, s. 225–226.

<sup>392</sup> A. Crowley, op. cit., s. 31.

<sup>393</sup> Ibidem, s. 35.

<sup>394</sup> Ibidem, s. 67.

<sup>395</sup> Ibidem.

z otchłannymi demonami, prawdziwym dla niego problemem jest zrzucenie wazonu z kominka. To magiczne ciało jest stworzone z materii nazbyt subtelnej, by mogła wpływać na tak grubą materię, z której stworzone są takie złudzenia jak stoły i krzesła”<sup>396</sup>. Dalej Crowley pisze, że aby projekcja astralna lub Świetlistego Ciała nabrała realnych kształtów, można „skorzystać z ciała zamieszkałego przez jakiegoś żywiołaka, a więc orła, zająca wilka czy innego zwierzęcia”<sup>397</sup>. O „przejmowaniu” innego ciała podczas eksterioryzacji pisał także Robert Monroe (zob. punkt 3. z podrozdziału 2.2.2. pracy). Opis sobowtóra eterycznego rzekomo wydzielanego podczas OOBÉ nasuwa skojarzenia z „wewnętrznym ciałem maga [...], które – według Crowleya – może wywoływać pewne moce niedostępne naturalnemu ciału”<sup>398</sup>. Jak twierdzi autor, ciało to „może na przykład przechodzić przez materię i poruszać się swobodnie wszędzie, gdzie tylko zechce. Dzieje się tak z tej to przyczyny, że materia, w znaczeniu powszechnie nadawanym temu słowu, znajduje się na innym planie [...]. Ciało to, które różni autorzy nazywają sobowtorem astralnym, świetlistym ciałem, ognistym ciałem, ciałem pragnienia, ciałem subtelnym, *scinlaeca* i wieloma innymi nazwami, jest ze swej natury przystosowane do postrzegania obiektów ze swojej klasy, w szczególności zjaw planu astralnego”<sup>399</sup>.

Warto tutaj wspomnieć o zjawisku tworzenia serwitorów – specyficznej praktyce magicznej właściwej dla magii chaosu i przypominającej opisy wydzielania sobowtóra eterycznego podczas OOBÉ. Źródła podają, że mag, po wprowadzeniu się w trans i przygotowaniu odpowiedniego zasobu energii, tworzy pewien byt astralny, który ma spełniać wyznaczone zadania. Ów serwitor, według założeń tej praktyki, nie musi być tylko służącym; w przypadku zgromadzenia przez maga dużej ilości energii może on stać się zarówno przyjacielem (wspominaną wcześniej formą przewodnika duchowego), jak i wrogiem – w razie nieumiejętnego pokierowania energią<sup>400</sup>.

W projekcie OOBÉ można zauważyć także wyraźne wpływy teozofii – doktryny religijno-filozoficznej o charakterze okultystycznym głoszonej przez Towarzystwo Teozoficzne, założone w 1875 roku przez Helenę Bławatską. Według tego światopoglądu „Bóg jest w wewnętrznej głębi człowieka”<sup>401</sup>, zaś „w swej ostatecznej

---

<sup>396</sup> Ibidem, s. 76.

<sup>397</sup> Ibidem, s. 77.

<sup>398</sup> Ibidem, s. 108.

<sup>399</sup> Ibidem, s. 108–109.

<sup>400</sup> Zob. [http://www.mss0.republika.pl/mistyczny-wymiar/chaos\\_03c.html](http://www.mss0.republika.pl/mistyczny-wymiar/chaos_03c.html) [dostęp: 17.06.2014].

<sup>401</sup> H. P. Bławatska, *Klucz do teozofii*, Warszawa 1996, s. 77.

*treści* istota wchodzi w jednię i jest tożsama z *wszechduchem*, a przestaje być oddzielną istotą”<sup>402</sup>.

Teozofia wyróżnia siedem płaszczyzn (warstw) przestrzeni (pozostałe są niedostrzegalne przez zmysły fizyczne)<sup>403</sup> i siedem stanów świadomości<sup>404</sup>. Bławska przytacza następujący podział teozoficzny człowieka:

1. *rupa* lub *Stula-Szarira*, czyli ciało fizyczne
2. *prana*, czyli życie lub energia żywotna
3. *Linga Szarira*, czyli „ciało astralne” zwane dziś **eterycznym**<sup>405</sup> (tzw. sobowtór ciała fizycznego lub cień czy też „widmo”)
4. *kamarupa* – ciało astralne, siedlisko zwierzęcych żądz i niższych namiętności
5. *manas* – intelekt, umysł i wyższy rozum
6. *buddhi* – dusza duchowa
7. *Atman* – duch<sup>406</sup>.

Także w teozofii jest mowa o „światlistej nici, która łączy ducha z osobową duszą od chwili urodzenia”<sup>407</sup>.

Rudolf Steiner, austriacki filozof, mistyk i twórca antropozofii (wcześniej teozof), wyróżnia trzy strony istoty człowieka: ciało, duszę i ducha. Jak pisze: „Słowo *dusza* winno wskazywać na to, dzięki czemu wiąże on rzeczy świata ze swoim własnym bytem i może odczuwać z ich powodu zadowolenie lub niezadowolenie, przyjemność i przykrość, radość i ból. Przez *ducha* rozumiemy to, co objawia się w człowieku, gdy, używając określenia Goethego, ogląda on rzeczy niczym »boska istota«. [...] Za pośrednictwem *ducha* świat zewnętrzny objawia się człowiekowi w wyższy sposób”<sup>408</sup>. Dusza byłaby tu zatem czymś w rodzaju świadomości, zaś duch – ciała eterycznego. Za tą tezę przemawia kolejne stwierdzenie Steinera: „Przyrodnik ma do czynienia z ciałem, psycholog z duszą, badacz duchowy zaś – z duchem”<sup>409</sup>. Dalej autor pisze, że w każdej roślinie, w każdym zwierzęciu można wyczuć oprócz postaci fizycznej także „przepelnioną życiem postać duchową”, którą nazywa on „ciałem eterycznym” lub

---

<sup>402</sup> Ibidem, s. 118.

<sup>403</sup> Ibidem, s. 98.

<sup>404</sup> Ibidem, s. 99.

<sup>405</sup> Wyróżnienie moje – D. K.

<sup>406</sup> H. P. Bławska, op. cit., s. 101–102.

<sup>407</sup> Ibidem, s. 114.

<sup>408</sup> R. Steiner, *Teozofia. Wprowadzenie w nadzmysłowe poznanie świata i przeznaczenie człowieka*, przeł. T. Mazurkiewicz, Warszawa 1993, s. 29.

<sup>409</sup> Ibidem, s. 33.



„ciałem życiowym”. Następnie stwierdza: „Dla badacza życia duchowego sprawa przedstawia się następująco. Ciało eteryczne nie jest dla niego jedynie wynikiem działania substancji i sił ciała fizycznego, lecz samodzielny, rzeczywisty jestestwem, które wspomniane substancje i siły powołuje dopiero do życia. [...] By zobaczyć ciało życiowe, by ujrzeć je u innej istoty, musi zostać obudzone oko duchowe”<sup>410</sup>. Steiner definiuje ciało eteryczne jako „życie obecne w ciele fizycznym”<sup>411</sup> i także wyróżnia „siedem części człowieka ziemskiego”. Są to:

1. ciało fizyczne
2. **ciało eteryczne**<sup>412</sup>, czyli ciało życiowe
3. odczuwające ciało duszne
4. dusza intelektualna
5. napełniona duchem dusza samoświadoma
6. duch-życie
7. duch-człowiek<sup>413</sup>.

Nadmienia, że „część ciała eterycznego jest subtelniejsza od reszty i tworzy jedność z *duszą odczuwającą*, podczas gdy część bardziej gruba tworzy pewnego rodzaju jedność z ciałem fizycznym”<sup>414</sup>. Ciało eteryczne jest tu zatem łącznikiem między ciałem dusznym i fizycznym. W teorii Steinera charakterystyczne są także biegunowość i przystawalność. Autor rozróżnia bowiem w duszy, podobnie jak i w ciele, trzy człony: *duszę odczuwającą*, *duszę intelektualną* i *duszę samoświadomą*<sup>415</sup>. Píše także o duchu-człowieku, który żyje wewnątrz powłoki duchowej. Jak twierdzi: „Duchowa siła życiowa buduje go w takim samym sensie, w jakim fizyczna siła życiowa buduje ciało fizyczne. Dlatego, podobnie jak mówi się o ciele eterycznym w związku z ciałem fizycznym, należałoby mówić o duchu eterycznym w związku z duchem-człowiekiem. Owego ducha eterycznego nazwiemy *duchem-życiem*. Duchowe jestestwo człowieka dzieli się zatem na trzy człony: *ducha-człowieka*, *ducha-życie* i *ducha-jaźń*”<sup>416</sup>. Przekładalność świata duchowego na rzeczywistość fizyczną i odwrotnie („jak na górze, tak i na dole”) jest dość mocno zarysowana w światopoglądzie Steinera, co można

---

<sup>410</sup> Ibidem, s. 35–36.

<sup>411</sup> Ibidem, s. 39.

<sup>412</sup> Wyróżnienie moje – D. K.

<sup>413</sup> R. Steiner, op. cit., s. 50.

<sup>414</sup> Ibidem, s. 39.

<sup>415</sup> Ibidem, s. 42.

<sup>416</sup> Ibidem, s. 48.

zauważyć m.in. w jego stwierdzeniu: „W czasie życia ziemskiego myślimy tylko dlatego, że w sferze bytu duchowego owo przeżycie myśli jest faktem”<sup>417</sup>.

Powyższe refleksje wskazują na to, że cechy wspólne z OOBEm można odnaleźć zarówno w teozofii, czerpiącej ze Wschodu (hinduizm, buddyzm), jak i magiji Crowleya, wywodzącego się z Hermetycznego Zakonu Złotego Brzasku, który z kolei czerpał też z tradycji zachodniej – m.in. z kabały. W tych systemach pojawiają się przewodnicy duchowi i koncepcja sobowtóra eterycznego generowanego w stanie transu, po mentalnym wybyciu się ego. Także magowie chaosu zajmują się wytwarzaniem bytów energetycznych ze swojej świadomości, o czym była mowa wcześniej. Praktyki magiczne, podobnie jak – w swoim założeniu – eksterioryzacja, cechują się swoistym paradoksem powoływania „obcych” istot dzięki głębokiemu uwewnętrznieniu adepta. Kwestia prawdziwości eksterioryzacji, będącej – jak można skonkludować – rodzajem praktyki magicznej, jest trudna do rozstrzygnięcia, bowiem, jak twierdzi Crowley: „Magija szczerze uznaje, że prawda jest względna, subiektywna i pozorna”<sup>418</sup>. To zagadnienie będzie tematem kolejnego podrozdziału.

### 3.5. Poszukiwanie dowodów na istnienie OOBEm

Ian Currie podzielił przypadki doświadczenia wyjścia poza ciało na 4 grupy. Kryterium stanowiły dowody na poparcie ich prawdziwości:

„1. Najmniej udokumentowane przypadki, w których mamy do czynienia jedynie z oświadczeniem, że świadek przeżył wyjście poza ciało. [...]

Większość ludzi nigdy wcześniej nie słyszała o tym zjawisku, a mimo to ich sprawozdania są prawie identyczne. [...]

2. Przypadki, gdy osoba może obserwować wydarzenia i sytuacje niedostępne jej zwykłemu widzeniu (gdy śpi, popadła w omdlenie lub stan śmierci klinicznej lub po prostu przebywa w znacznej odległości), a jej relacja zostaje potwierdzona przez obiektywnych świadków. [...]

Przypadki obserwowania faktów dotyczących ludzi i wydarzeń, które z pewnością nie mogły zostać dostrzeżone przez fizyczne zmysły. Okazało się, że zawsze, gdy możliwa była weryfikacja tych obserwacji, były one całkowicie zgodne ze stanem faktycznym. [...]

---

<sup>417</sup> Ibidem, s. 101.

<sup>418</sup> A. Crowley, op. cit., s. 70.

3. Przypadki, w których osoba podczas doświadczenia wyjścia z ciała znajduje się w odległym miejscu, gdzie przez obecnych widziana jest w postaci zjawy.

Na przykład W. P. Herbert, przebywając w Anglii, stwierdził nagle, że znajduje się w domu swego przyjaciela w Nairobi w Kenii. Dom ten był mu zupełnie nieznan. W czasie wizyty Herberta widziały go córki gospodarza. [...]

4. Przypadki, w których zjawa nie tylko daje się widzieć, lecz dodatkowo wykonuje w obecności świadków pewne czynności, takie jak przesuwanie przedmiotów czy obudzenie śpiącej osoby dotknięciem. Do tej grupy należy zaliczyć sytuacje, w których głos zjawy staje się słyszalny i dochodzi do rozmowy lub gdy zjawa mówi o pewnych szczegółach z otoczenia, uprzednio świadkom nieznanym<sup>419</sup>.

Poniższy przykład zdaje się łączyć w sobie cechy z punktu 3. i 4.:

Olivier Fox i niejaka Elsie umówili się, że w ustalonym czasie dziewczyna spróbuje przenieść się duchem do jego pokoju, w którym nigdy przedtem nie była. Tej nocy Fox zbudził się niespodziewanie i doświadczył dziwnej sytuacji, którą opisał następująco: „Nagle pojawiła się duża, jajowatego kształtu chmura, emanująca jaskrawe, błękitnobiałe światło. W jej wnętrzu znajdowała się Elsie. Miała rozpuszczone włosy i była w nocnej koszuli. Wyglądała całkowicie materialnie, gdy tak stała obok komody, nieco na prawo od mego łóżka. Stała, spoglądając na mnie [...], przesuwała palcami wzdłuż blatu mojego biurka [...]. Uniosłem się na łokciu i zawołałem ją po imieniu. Zniknęła równie nagle, jak się pojawiła. [...]

Następnego wieczoru, gdy się spotkaliśmy, Elsie była bardzo podniecona, a na jej twarzy malował się tryumf. »Byłam u ciebie – wykrzyknęła na powitanie. – Naprawdę to zrobiłam! Zasnęłam, myśląc o tobie, i nagle cię zobaczyłam. Rankiem mogłam ze szczegółami przypomnieć sobie twój pokój«. Elsie opisała Foxowi wszystko, co zapamiętała. Określiła dokładnie, gdzie znajdują się drzwi, łóżko, okna, kominek, umywalnia, komoda i toaleta. Drobiazgowo odmalowała obraz pokrytego skórą biurka, ozdobionego złotą listwą, i powiedziała, że przesuwała palcami wzdłuż wystającej krawędzi z przodu blatu. Olivier zaprzeczył, twierdząc, że jego biurko nie ma żadnych wystających krawędzi z przodu ani złotego obramowania. Jednak gdy wrócił do domu, zauważył, że stojące pod ścianą biurko ma od tyłu mosiężne zawiasy, o których zupełnie zapomniał. Tworzyły one wystającą krawędź, o której wspomniała Elsie. Dziewczyna w niecodziennej sytuacji pomyliła po prostu tył i przód biurka<sup>420</sup>.

Jak informuje Ian Currie, pierwsze doświadczenie „wyjścia poza ciało” pod kontrolą aparatury badającej aktywność elektryczną mózgu zostało przeprowadzone przez doktora Charlesa Tata, psychologa z Uniwersytetu Kalifornijskiego. Według

---

<sup>419</sup> I. Currie, op. cit., s. 93–96.

<sup>420</sup> Ibidem, s. 98–99, cyt. za: O. Fox, *Astral Projection: A Record of Out-of-the-Body Experiences*, New Jersey 1975, s. 57–59.

autora pewna młoda kobieta, znajoma Tata, twierdziła, że już od dzieciństwa doświadcza eksterioryzacji podczas snu. Rzekomo mówiła, że czuje, jak unosi się pod sufitem, i patrzy wówczas na leżące pod nią w łóżku ciało. Poproszono ją zatem, by powtórzyła to w warunkach laboratoryjnych. Elektroencefalograf, do którego podłączono kobietę, miał ukazać, co dzieje się w jej mózgu w trakcie „przebywania poza ciałem”. Pod sufitem w pokoju umieszczono półkę, a na niej zegar oraz kartkę z pięciocyfrową, losowo wybraną liczbą. Jak pisze Currie, czwartej nocy trwania eksperymentu panna Z. po przebudzeniu poprawnie podała ową liczbę (było to 25 132) oraz godzinę opuszczenia ciała. Zbadano także pochodzący z tej godziny zapis EEG i uznano go za wyjątkowy. Doktor William Dement, jeden z największych światowych autorytetów w dziedzinie badań nad snem, według tej relacji nie zdołał zinterpretować owego zapisu ani zaliczyć go do jakiegokolwiek ze znanych kategorii. W badaniu Roberta Monroe’a zapisy encefalograficzne rzekomo ujawniły spadek napięcia elektrycznego kory mózgowej, w czasie gdy „duch opuszczał ciało”<sup>421</sup>. Jednak próba przeczytania liczb z tabliczki umieszczonej w innym pokoju, podjęta w ramach badań encefalograficznych Monroe’a (podczas „opuszczania” przez niego ciała) przeprowadzanych przez amerykańskiego parapsychologa Charlesa T. Tarta w okresie wrzesień 1965–sierpień 1966 nie powiodła się. Monroe podobno stwierdził, że „nie może zbyt dobrze kontrolować swych ruchów” i dlatego nie mógł odczytać liczb. Jak relacjonuje Boruń, badany jednak prawidłowo powiedział, że techniczka wyszła z pokoju i była na korytarzu z mężczyzną zidentyfikowanym później jako jej mąż. Oprócz tego podróże astralne Monroe’a mieli potwierdzać jego znajomi<sup>422</sup>.

Należy zauważyć, że – według opisu Curriego – wspomniana panna Z. podała liczbę z kartki dopiero czwartej nocy (może był to zatem przypadkowy traf?), a Robert Monroe w ogóle nie poradził sobie z tym zadaniem. Poza tym panna Z. była znajomą osoby przeprowadzającej badanie, praktykowanie OOB przez Monroe’a także potwierdzały osoby mu bliskie, co znacznie osłabia wiarygodność dowodów. Tego typu sytuacja przedstawiana jest też w przypadku wielu innych eksperymentów, których skutkiem miało być uzyskanie pewnych dowodów.

Przykładowo Ossowiecki, jak informuje Bugaj, osiągnął OOB także w obecności swoich znajomych. Rzekomo położył się na kanapie, a oni siedzieli obok, na fotelach. Według autora obecny lekarz stwierdził, że tętno oraz oddech

---

<sup>421</sup> I. Currie, op. cit., s. 101–102.

<sup>422</sup> K. Boruń, op. cit., s. 131–132.

Ossowieckiego ustały niemal zupełnie. Zgodnie z tą relacją w tym samym czasie był on też w Wiedniu na zjeździe, słuchał referatów, a nawet podpisał się na liście obecności. Obecność podróżnika na owym zjeździe miała zostać potwierdzona przez polskich architektów, którzy tam byli i go widzieli, a dwoje przyjaciół Ossowieckiego przebywających razem z nim w jego mieszkaniu w Warszawie potwierdziło też, że leżał tam nieprzytomny na kanapie<sup>423</sup>.

Podobną sytuację opisuje Grzybowski. Relacjonuje on, że dr Gustaw Geley, jeden z największych badaczy mediumizmu, widział Modrzejewskiego w pobliżu jego dawnego mieszkania w Paryżu, wówczas gdy Modrzejewski był w Warszawie, co po powrocie do Paryża udowodnił, okazując paszport. Modrzejewski twierdził, że często odbywa podróże poza ciałem, których szczegóły zazwyczaj pamięta, i przyznawał, że kiedyś zdarzało mu się nieświadomie opuszczać ciało, zaś teraz może robić to celowo<sup>424</sup>.

Przeprowadzono także eksperyment, który miał wykazać, że informacje uzyskiwane przez hipotetycznych eksterioryzujących (np. odczytywanie liczb z tabliczek, których nie mogą fizycznie dostrzec) nie są zdobywane drogą jasnowidzenia – bez opuszczania ciała. Parapsycholog doktor Karlis Osis wyznaczył specjalne „cele”, zwykle takie, które można zobaczyć tylko z danego punktu w przestrzeni. Na przykład Ingo Swanna (malarz, pisarz, medium) poproszono, aby w swoim ciele eterycznym dotarł do zamkniętej skrzynki zawierającej przedmioty widoczne jedynie przez mały otwór, przez który można było dostrzec lustrzane odbicie zgromadzonych w środku obiektów. Według relacji Curriego Swann widział przedmioty odwrotnie, co – zdaniem Osisa – świadczyło o tym, że zaglądał do skrzynki przez otwór, wiedza o tych przedmiotach nie została przez niego zdobyta drogą jasnowidzenia. Ian Currie informuje też o innych przypadkach. Jeden z przytaczanych przez autora eksperymentów przeprowadzono przy użyciu pudełka, w którym umieszczono specjalnie przygotowany obrazek. Był on oparty na zasadzie złudzenia optycznego i widoczny tylko wtedy, gdy spoglądało się przez specjalny otwór. Jak pisze Currie, za pierwszym razem doktor Alex Tanous, który miał osiągnąć OOB, stwierdził, że nie może dokładnie przyjrzeć się obrazkowi, gdyż w pudełku jest – jego zdaniem – zbyt mało światła. Co ciekawe, według relacji autora, okazało się, iż miał rację. Gdy bowiem sprawdzono aparaturę, zauważono, że w urządzeniu zaszła awaria

---

<sup>423</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne...*, s. 207.

<sup>424</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 172.

oświetlenia. Podobne trudności podczas jednego z innych eksperymentów miał Ingo Swann. Wtedy także podobno okazało się, że instalacja była uszkodzona<sup>425</sup>.

Kolejne doświadczenie, o którym chciałabym wspomnieć, zostało przeprowadzone przez Amerykańskie Towarzystwo Badań Parapsychicznych. W specjalnej komorze umieszczono piórko zawieszona na nitce. Osoba badana, zamknięta w innym pomieszczeniu, została poproszona o „opuszczenie ciała” i poruszenie piórka w komorze. Aby rejestrować ruchy na papierowej taśmie, użyto specjalnego grafionu. Patowi Price’owi, Alexowi Tanousowi i kilku innym osobom, według relacji Curriego, udało się wywołać wyraźne drgnięcia pióra<sup>426</sup>. Ten przypadek można zaliczyć do 4. grupy klasyfikacji tego autora, ponieważ opis wskazuje na to, że ciało eteryczne wywołało pewien widzialny, fizyczny wpływ na materię.

Przytacza się także inne argumenty mające przemawiać za istnieniem zjawiska OOB. Jak pisze Boruń: „w zwykłych marzeniach sennych mamy znacznie więcej gwałtownych ruchów gałek ocznych niż w czasie OOB”<sup>427</sup>.

Bugaj podaje przykład Eusapii Paladino, będącej słynnym medium spirytystycznym. Miała ona podobno twierdzić, że przemawia przez nią istota, którą nazywała Johnem Kingiem (według niej był to zmarły mężczyzna narodowości angielskiej). Jak informuje Bugaj, zjawa wykonała odciski swojej twarzy w glinie, co zostało potwierdzone przez wielu świadków<sup>428</sup>.

Bessièrę uważa, że „dowodem, który możemy dostarczyć na istnienie ciała subtelnego, naszego »dublera«, jest [również] percepcja kończyny mimo jej usunięcia”<sup>429</sup>. O tym specyficznym zjawisku była już mowa wcześniej.

Ian Currie przytacza też wyniki eksperymentu przeprowadzonego przez doktora Roberta Morrisa z Fundacji Badań Parapsychicznych w Durham, na podstawie którego podobno wywnioskowano, że zwierzęta mają wysoką wrażliwość na zjawiska paranormalne, a ich zachowanie może potwierdzać istnienie OOB. Umieszczono w klatkach myszokoczek, chomika, węża i kota, po czym poddano je długotrwałej obserwacji, aby ustalić wzorce zwykłych zachowań tych zwierząt w nowym otoczeniu. Następnie obserwowano ich zachowanie w czasie, gdy przebywający w innym pokoju Stuart „Blue” Harary „wysyłał” swoje ciało eteryczne do poszczególnych klatek. Jak

---

<sup>425</sup> I. Currie, op. cit., s. 104–106.

<sup>426</sup> Ibidem, s. 102.

<sup>427</sup> K. Boruń, op. cit., s. 132.

<sup>428</sup> R. Bugaj, *Fenomeny paranormalne...*, s. 131.

<sup>429</sup> R. Bessièrę, op. cit., s. 25.

pisze Currie, „myszokoczek i chomik nie zareagowały, za to kot oraz wąż – i owszem”<sup>430</sup>. Autor przytacza relację Scotta Rogo, badacza z Kalifornii, obecnego w czasie eksperymentu: „Gdy Blue, opuściwszy ciało, złożył wizytę wężowi, ten zaprzestał swego zwykłego krążenia po klatce i najwyraźniej rzucił się do walki. Przez około dwadzieścia sekund szarpał powietrze w ataku złości. [...] Kot [...] zazwyczaj miotał się dziko w swym więzieniu, jednak w czasie, określonym przez Blue jako czas wizyty w jego klatce, zwierzę całkowicie się uspokoiło. Morris powtarzał badanie czterokrotnie, za każdym razem uzyskując identyczny wynik”<sup>431</sup>.

Obiektem badań w kolejnym eksperymencie, o którym chciałabym wspomnieć, był ponownie Alex Tanous. Mężczyzna, „wychodząc” poza ciało, rzekomo emitował błyski światła. Członkowie Amerykańskiego Towarzystwa Badań Parapsychicznych chcieli to sprawdzić i w tym celu przygotowali zaciemniony pokój. Umieszczono w nim światłoczułe urządzenia zwane fotowzmacniaczami, reagujące na światło i wzmacniające je. Tanous, znajdujący się w odległym skrzydle budynku, miał zjawić się (w ciele eterycznym) we wcześniej przygotowanej ciemni. Jak podaje Currie: „gdy tylko Tanous »wszedł« do zaciemnionego pomieszczenia, fotowzmacniacze zarejestrowały pięć czy sześć błysków”<sup>432</sup>.

Za realną możliwością przebywania ludzi w dwóch miejscach jednocześnie może też przemawiać niezwykle eksperyment, który przeprowadzili niemieccy naukowcy z Instytutu Maxa Plancka. Doświadczenie polegało na uderzaniu w małą szklaną kulkę promieniem lasera, co sprawiało, że pojawiała się ona w dwóch miejscach naraz (wynika to z prawa mechaniki kwantowej)<sup>433</sup>. Odwołując się do zasady analogii, można byłoby przyjąć założenie, że tego typu sytuacja ma miejsce również w przypadku zjawiska bilokacji.

### 3.5.1. Fotografie ciał eterycznych

XIX wiek obfitował we wszelkiego rodzaju wynalazki. Był to też czas powstania fotografii. Za umowną datę przyjmuje się 7 stycznia 1839 roku, a osobą, którą uważa się za inicjatora tego przełomowego odkrycia, jest Jacques Louis Mandé Daguerre. XIX wiek to także początki spirytyzmu, o czym była mowa wcześniej.

---

<sup>430</sup> I. Currie, op. cit., s. 103.

<sup>431</sup> Ibidem.

<sup>432</sup> Ibidem, s. 102.

<sup>433</sup> [brak autora], *Znaleźć się w dwóch miejscach jednocześnie. Tajemnice bilokacji*, op. cit.

Popularność tej doktryny, chęć udowodnienia realności zjawisk nadprzyrodzonych i wynalezienie fotografii doprowadziły wkrótce do powstania pierwszych zdjęć duchów, poprzedzonych wykonywaniem parafinowych odlewów materializujących się postaci<sup>434</sup>. Jedne z pierwszych fotografii zjaw zostały wykonane w latach 1872–1873 przez zawodowego fotografa o nazwisku Beattie, biorącego udział w eksperymentach organizowanych przez doktora Thomsona. Beattie ustawił aparat w pokoju seansowym i wykonywał zdjęcia o ekspozycji materiału światłoczułego dochodzącej do czterech minut. Sporządził kilkaset fotografii, z których kilka wzbudziło tak duże zainteresowanie, że zamieszczono o nich artykuł w cenionym czasopiśmie fotograficznym<sup>435</sup>.

W 1905 roku pojawił się kolejny fotograf duchów – William Hope, założyciel stowarzyszenia Crewe Circle (Koło z Crewe). W ramach działalności stowarzyszenia przeprowadzono badania nad tzw. fotografią transcendentalną. Jak informuje Grzybowski, „zjawisko to powstaje na skutek wpływu wywieranego przez Duchy na materiały światłoczułe, przy obecności medium, które jest dawcą potrzebnej energii. Istnieją dwie odmiany fotografii transcendentalnych. Pierwsza to zdjęcia mediów lub innych osób, które po wywołaniu negatywu ujawniają obecność w kadrze istot ze sfery pozamaterialnej, prezentujących się, w zależności od warunków, fragmentarycznie lub w całości. Drugi rodzaj wiąże się z wywieraniem wpływu na nienaświetlony negatyw zamknięty w kasecie. Po wywołaniu materiału na kliszy uzyskuje się obrazy przedstawiane przez Duchy (przedstawienia postaci, wyobrażenia symboliczne, krajobrazy itp.)”<sup>436</sup>.

Duchy fotografowano także w Polsce. W latach 1909–1912 Julian Ochorowicz intensywnie współpracował z medium – Stanisławą Tomczykówną, o czym nadmieniałam wcześniej (zob. podrozdział 3.2. pracy). Według relacji Grzybowskiego „podczas jednego z eksperymentów medium wywołało na błonie fotograficznej, zwiniętej w rulon i włożonej do butelki, obraz dłoni. Z raportu wynika, że zahipnotyzowana Tomczykówna położyła ręce na butelce i wkrótce odniosła wrażenie, jakby butelka się rozszerzała, ręce jej drętwiały i w końcu z krzykiem padła na podłogę. Po wywołaniu błony okazało się, że widniejąca na niej dłoń jest większa od dłoni medium i dłoni badacza, a jej kciuk spoczywa na palcu wskazującym. W czasie innego,

---

<sup>434</sup> P. Grzybowski, op. cit., s. 47.

<sup>435</sup> Ibidem, s. 98.

<sup>436</sup> Ibidem, s. 99.



podobnego eksperymentu badacz miał założony napastrzek. Na kliszy ukazał się jednak obraz dłoni mniejszej niż dłoń Ochorowicza, a napastrzek umieszczony był na innym palcu. Badacz tłumaczył to zjawisko projekcją myśli<sup>437</sup>. Jak pisze Grzybowski, podczas dalszego etapu współpracy uzyskano zdjęcia Małej Stasi – zjawy generowanej przez medium, uważanej za materializację dziecięcych wspomnień Tomczykówny<sup>438</sup>.

Warto także wspomnieć o tzw. efekcie Kirliana – technice fotograficznej stworzonej w 1939 roku przez Rosjanina Siemona Kirliana. Technika ta polega na ukazywaniu się wokół organizmów form świetlnych, których kolory i wymiary ulegają zmianie w zależności od stanu psychologicznego owych organizmów. Płytką metalową połączona ze szpulą jest izolowana od obiektu specjalną płytą. Między obiektem a aparatem umieszcza się kartkę światłoczułego papieru i robi zdjęcie. Zdaniem Bessière'a „metoda ta potwierdza naukowo, że są powody, aby sądzić, iż pod wpływem szoku wywołanego nieprzewidzianymi zaburzeniami emocjonalnymi (strach, lęk, gniew, choroba) kolor przynależny danej partii ciała może się zmieniać”<sup>439</sup>. Można byłoby przypuszczać, że fotografia kirlianowska ma pewien związek z bólami fantomowymi, a te z kolei przemawiałyby za istnieniem eterycznych części kończyn pozostałych w niezmienionej formie mimo usunięcia ich fizycznych odpowiedników.

Fotografie zjaw ekscytowały w XIX i XX wieku. Niestety z czasem, gdy sama fotografia przestała być już tak nowatorska i zagadkowa, odkryto, że zdjęcia zjaw często (może zawsze?) były wynikiem oszustwa. Okazało się bowiem, iż używano starego filmu (dwie taśmy nakładające się na siebie), na którym znajdowały się wcześniejsze zdjęcia zmarłych już osób<sup>440</sup>. Odkryto też inny sposób preparowania zdjęć: „duchem” mogła być osoba poruszona na skutek długiego czasu naświetlania.

---

<sup>437</sup> Ibidem, s. 158.

<sup>438</sup> Ibidem.

<sup>439</sup> R. Bessière, op. cit., s. 37.

<sup>440</sup> A Posacki, op. cit., s. 233.

Rycina 3. XIX-wieczne fotografie zjaw



Źródło:

[https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR1APRURoNreN0T7UNGeYaqIOSIPD0Xrw0CLe\\_kZF7ko9AD5odb](https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR1APRURoNreN0T7UNGeYaqIOSIPD0Xrw0CLe_kZF7ko9AD5odb) [dostęp: 25.05.2014].

Krytyk sztuki fotograficznej Francois Soulages uważa, że „[fotografię] należy raczej porównywać do teatru i myśleć o niej jako o opracowanej przez grę: grę ludzi i rzeczy. Wynika to z faktu, iż fotografię przepełnia gra świata/gra towarzyska. Fotografia, wnikając w grę, wprowadza w błąd i wkracza do świata sztuk. Stoi ona po stronie sztuczności, a nie realnego”<sup>441</sup>. Sądzę, że można się zgodzić z tym poglądem, ponieważ zarówno fotografia, jak i wizerunki „zjaw” uwieczniane na zdjęciach są częścią kultury, która – jako opozycja do natury – jest tworem sztucznym. Także wybitny historyk fotografii André Rouillé twierdzi, iż „nie można postrzegać jednoznacznie wypowiedzi na temat fotograficznej prawdy”<sup>442</sup>.

### 3.6. Czym jest OOB? Teorie

Istnieje teoria, według której zjawisko OOB jest związane z zaburzeniami neurologicznymi, takimi jak: epilepsja, migreny i zakażenia układu nerwowego, a także z zaburzeniami psychiatrycznymi, np. ze schizofrenią, z depresją, lękiem czy klinicznymi stanami dysocjacyjnymi, oraz z działaniem niektórych leków (tzw. dysocjantów). Badania przeprowadzone w ciągu ostatnich 10 lat sugerują, że stan

<sup>441</sup> F. Soulages, *Od przedmiotu portretu do ogólnego przedmiotu fotografii: „to, co zostało odegrane”* [w:] idem, *Estetyka fotografii. Strata i zysk*, przeł. B. Mytych-Forajter, Kraków 2007, s. 83.

<sup>442</sup> A. Rouillé, *Prawda fotografii* [w:] idem, *Fotografia. Między dokumentem a sztuką współczesną*, przeł. O. Hedeman, Kraków 2007, s. 86.

umysłu właściwy osobom, które – jak twierdzą – przeżywają OOBĘ może wiązać się zaburzeniem funkcjonowania skrzyżowania skroniowo-ciemieniowego (TPJ, *temporo-parietal junction*). Jak donoszą autorzy artykułu na ten temat, ci, którzy doznali uszkodzenia tego rejonu mózgu, deklarowali też, iż odnosili wrażenie przebywania poza ciałem. Ta informacja została rzekomo potwierdzona dzięki bezinwazyjnej stymulacji mózgu (TMS, *transcranial magnetic stimulation*) tego regionu, a także elektrycznej stymulacji zakrętu kąowego. Przyczyną występowania OOBĘ, jeśli by założyć jego istnienie, byłby zatem zgodnie z tą teorią tzw. konflikt multisensoryczny, podczas którego do mózgu docierają sprzeczne informacje, np. na temat dotyku i położenia ciała<sup>443</sup>.

Uważa się także, że OOBĘ to rodzaj świadomego snu: „specyficzne marzenie senne, w którym niezwykłym uczuciom unoszenia się ponad ziemią towarzyszy całkiem znajome otoczenie, które jest zwykłą projekcją zapamiętanego widoku pokoju, w którym położyliśmy się spać”<sup>444</sup>. Ta koncepcja z kolei lokuje badane zjawisko w „rodzinie” dysocjacji REM/czuwanie, do której zalicza się również paraliż senny<sup>445</sup>.

Posacki przytacza teorię sceptyczną, zakładającą, że OOBĘ jest tylko złudzeniem. Według niej osoba deklarująca doznawanie eksterioryzacji nie opuszcza ciała, a projekcja astralna jest jedynie wytworem jej wyobraźni. Jak pisze autor, „odczucia towarzyszące OOBĘ są na tyle silne, by tworzyć poczucie wyjścia z ciała – co niekoniecznie musi być faktem”<sup>446</sup>.

Warto tutaj wspomnieć o interesującym eksperymencie przeprowadzonym przez Bignę Lenggenhager, neurobiolog z École Polytechnique Fédérale w Lozannie. Richard Wiseman – profesor Uniwersytetu w Hertfordshire, psycholog – tak opisuje to doświadczenie: „Badani, umieszczani na środku pokoju, zakładali gogle stwarzające wrażenie wirtualnej rzeczywistości. Jeden z członków zespołu umieszczał kilka metrów za badanym kamerę filmową, która przekazywała obraz do gogli, dzięki czemu badany widział kilka metrów przed sobą obraz samego siebie, tyle że od tyłu. Na oglądanym obrazie pojawiał się anonimowy drażdek, który zaczynał głaskać wirtualne plecy.

<sup>443</sup> [brak autora], *Podróże poza ciałem*, op. cit. Na podstawie: Wilkins LK, Girard TA, & Cheyne JA (2011). *Ketamine as a primary predictor of out-of-body experiences associated with multiple substance use. Consciousness and cognition* PMID: 21324714; Nelson KR, Mattingly M, Lee SA, & Schmitt FA (2006). *Does the arousal system contribute to near death experience?* *Neurology*, 66 (7), 1003–9 PMID: 16606911; CHEYNE, J., & GIRARD, T. (2009). *The body unbound: Vestibular–motor hallucinations and out-of-body experiences. Cortex* 45 (2), 201–215 DOI: 10.1016/j.cortex.2007.05.002; Levitan L. & LaBerge S. (1991). *Other Worlds: Out-of-body experiences and lucid dreams. NightLight*, 3 (2–3).

<sup>444</sup> Ibidem.

<sup>445</sup> Ibidem.

<sup>446</sup> A. Posacki, op. cit., s. 55.

Później jeden z badaczy zaczynał głaskać wskaźnikiem prawdziwe plecy badanego w taki sposób, że rzeczywiste głaskanie stawało się zsynchronizowane z wirtualnym. Osoby badane zaczynały czuć się tak, jak gdyby ich całe ciało stało w rzeczywistości przed nimi. Zmysły dostarczają informacji<sup>447</sup>. Według autora ten dziwny mechanizm, skutkujący zmianą percepcji, odgrywa kluczową rolę w rozumieniu OOB. Wynik eksperymentu jest niejako zbieżny z teorią Castanedy o konieczności przesunięcia „punktu połączenia” w celu zmiany perspektywy postrzegania i w konsekwencji – osiągnięcia OOB. Wiseman pisze również o relaksacji, wizualizacji i koncentracji jako sposobach wywoływania wrażenia przebywania poza ciałem. Twierdzi, że należy wyobrazić sobie ze szczegółami swój dom i siebie – swojego sobowtóra, a później (w wyobraźni) wejść w jego ciało. Autor zastrzega: „jedynym ograniczeniem będzie wasza wyobraźnia”<sup>448</sup>. Jego zdaniem OOB nie jest zjawiskiem paranormalnym i nie jest też dowodem na istnienie duszy, ukazuje jedynie sposób funkcjonowania ludzkiego mózgu; możemy oszukać swoje zmysły i w ten sposób, jak twierdzi, osiągnąć OOB. Według Wisemana „nasz mózg w każdym momencie naszego życia na jawie automatycznie i nieświadomie udziela odpowiedzi na ważne pytanie: »gdzie jestem?«. Gdyby nie to, w jednej chwili moglibyśmy mieć wrażenie, że jesteśmy częścią fotela, na którym siedzimy, a w następnej, że jesteśmy częścią podłogi. Dzięki wysiłkom naszego mózgu mamy stabilne poczucie, że znajdujemy się wewnątrz naszego ciała”<sup>449</sup>.

Skutek niezwyklej zmiany perspektywy postrzegania – OOB, jak według tych założeń można byłoby określić ten fenomen, jest – zgodnie z wieloma źródłami – powszechnym zjawiskiem. Socjolog Hornell Hart w 1952 roku zadał 155 studentom Uniwersytetu Duke’a w Północnej Karolinie następujące pytanie: „Czy kiedykolwiek widziałeś swoje ciało z jakiegoś leżącego poza nim miejsca, na przykład stojąc przy łóżku, na którym ono leżało, lub unosząc się powietrzu nad nim?”. Co ciekawe, aż 20% badanych udzieliło odpowiedzi twierdzącej. Jak podaje Ian Currie, w 1966 roku brytyjska badaczka Celia Green zadała podobne pytanie 115 studentom Uniwersytetu w Southampton, a w następnym roku powtórzyła ankietę w Oksfordzie. 19% studentów z Southampton i 34% studentów z Oksfordu przyznało, że doświadczyło przebywania poza ciałem. Zdaniem psychiatry Jule’a Eisenbuda aż jedna czwarta populacji Stanów Zjednoczonych doświadczyła takiej podróży. Z kolei Robert Monroe i Herbert

---

<sup>447</sup> R. Wiseman, *Paranormalność. Dlaczego widzimy to, czego nie ma*, przeł. J. Mikos, Warszawa 2012, s. 90–91.

<sup>448</sup> *Ibidem*, s. 102–105.

<sup>449</sup> *Ibidem*, s. 106.

Greenhouse prowadzili wykłady poświęcone zjawisku OOB (przed bardzo zróżnicowanym audytorium) i donieśli, że jedna czwarta – a możliwe, że nawet jedna trzecia – słuchaczy przyznała się do przeżycia czegoś podobnego<sup>450</sup>.

Pierwszym naukowcem mającym oszacować statystycznie doświadczenia pozacielesne był doktor Hornell Hart (1888–1967), profesor socjologii w Duke University, Durham, New Jersey. Później przeprowadzono też inne tego typu badania, z których wynikało, że liczba osób deklarujących przeżycie OOB wynosi zwykle 20–34% ankietowanych. Australijski psycholog doktor Harvey J. Irvin stwierdził, że nie występują żadne grupy osób szczególnie predestynowane do tego rodzaju doświadczeń<sup>451</sup>.

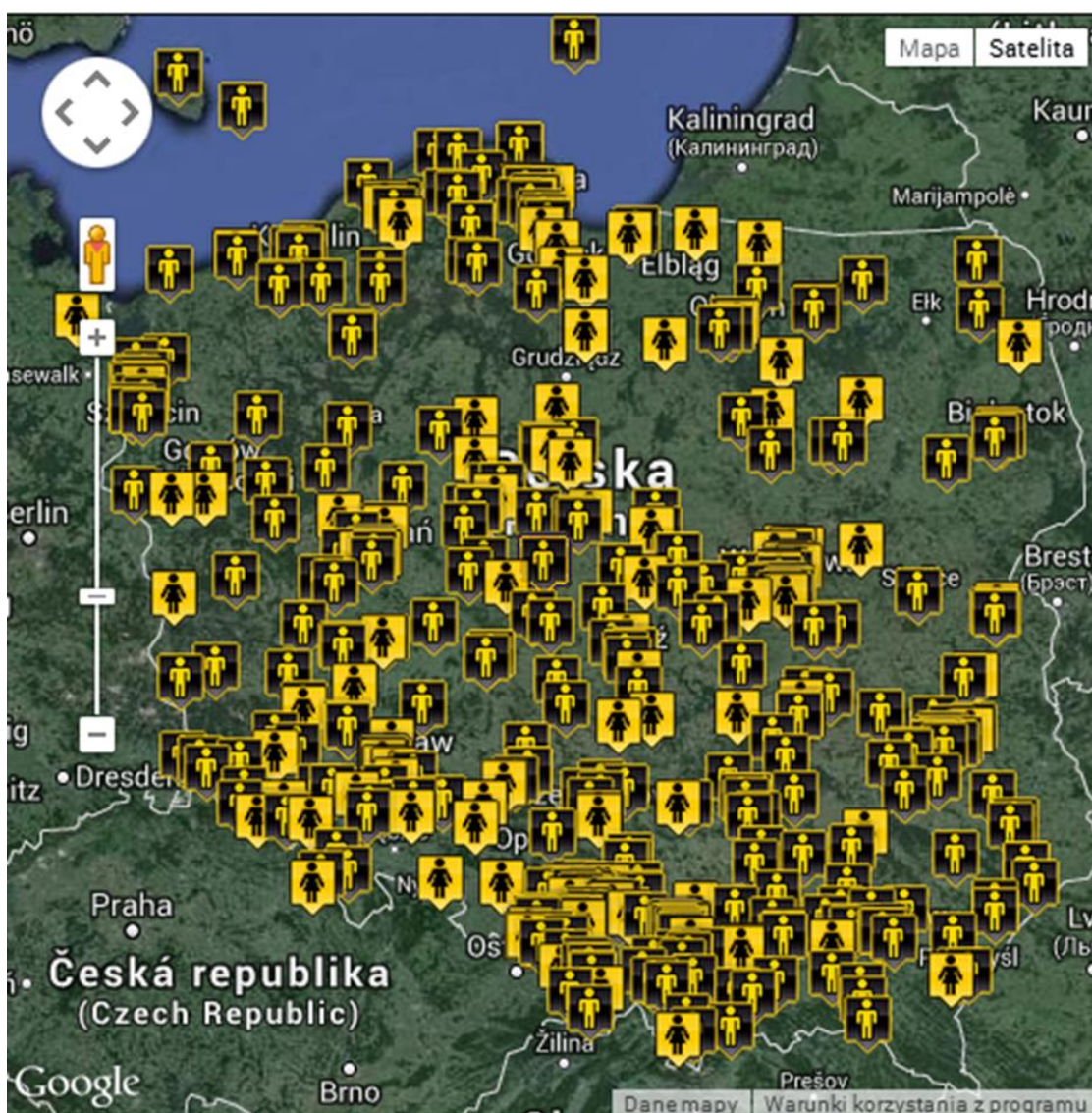
Dużą skalę zjawiska można dostrzec, odwiedzając polską stronę internetową poświęconą OOB: <http://www.oobe.pl/>. Na forum znajduje się wiele wypowiedzi osób deklarujących regularne odbywanie podróży pozacielesnych, a także informacje o zlotach i licznych warsztatach mających pomóc w wykształceniu umiejętności „opuszczania ciała”. Strona zawiera również mapę, na której osoby te oznaczają swoje miejsce zamieszkania.

---

<sup>450</sup> I. Currie, op. cit., s. 92–93.

<sup>451</sup> D. Adamska-Rutkowska, D. Dudzik, *Zagadkowa bilokacja*, op. cit.

Rycina 4. Mapa z oznaczeniem miejsc zamieszkania osób deklarujących doświadczenie eksterioryzacji



Źródło: [http://www.oobe.pl/oobe\\_mapa.html](http://www.oobe.pl/oobe_mapa.html) [dostęp: 11.03.2014].

## 3.7. OOBE w dziełach kultury

### 3.7.1. Film

OOBE, świadome sny (*lucid dreams*, LD) i sobowtóry eteryczne są zjawiskami, które zainspirowały wielu scenarzystów filmowych. Już w samym obcowaniu z kinem można znaleźć cechy wspólne z tymi fenomenami, jako że według opisów podróży pozacielesnych doświadczający patrzy na swoje ciało fizyczne z perspektywy drugiej osoby, podobnie jak widz na bohatera. I w jednym, i w drugim przypadku

charakterystyczne jest widzenie siebie w *innym*, siebie będącego pewnego rodzaju obrazem. Możliwe, że widz utożsamia się z bohaterami filmowymi, ponieważ ekran jest swoistym lustrem. Specyficzne „rozdwójenie” widza (odbiorca filmu jest w pewnym sensie jednocześnie na widowni i w świecie przedstawionym filmu) zdaje się posiadać swój zwierciadlany ekwiwalent w rozdarciu bohaterów filmowych. Ciemność sali kinowej i względna bierność sytuacji w sztuczny sposób wydają się prowadzić widza wstecz, do fazy rozwoju w łonie matki. Pragnienie powrotu do tej fazy (nierozpoznane przez podmiot) byłoby w tym rozumieniu źródłem przyjemności w obcowaniu z kinem. Kontakt z dziełem filmowym można też interpretować jako pewnego rodzaju powrót do specyficznego stosunku do rzeczywistości (przed stadium lustra Lacana) – roztopienia się w niej – kiedy nie ma wyraźnych granic między własnym ciałem a światem zewnętrznym. Współczesny thriller psychologiczny nadaje pewną szczególną złożoność postaciom, ukazując bohatera jako postać niejedolitą, zagadkową, często posiadającą sobowtóra.

Z motywem sobowtóra, a także w pewnym sensie samym OOBEM mamy do czynienia w filmie *Odbicie zła* (*The Broken*, 2008). Główna bohaterka Gina (Lena Headey) na jednej z ulic Londynu zauważa samą siebie jadącą własnym samochodem. Oszołomiona, zaczyna śledzić tę enigmatyczną istotę. Ulega wypadkowi i ginie, czego wydaje się nie być świadoma, a sobowtór zajmuje jej miejsce, o czym widz dowiaduje się dopiero pod koniec filmu. Co więcej, sobowtór zdaje się przyjmować rolę prawdziwej Giny także zupełnie nieświadomie, w sposób płynny „staje się” nią. Mamy tu zatem do czynienia z sytuacją opisywaną przez osoby, które – jak twierdzą – przeżyły OOBEM, ale nie zdają sobie początkowo sprawy z tego, że świadomość przeszła z ciała fizycznego do ciała eterycznego i tam zaczęła funkcjonować. Jak już zostało wspomniane, fenomen ten jest opisywany jako tzw. doświadczenia z brakiem wglądu (zob. przykład z punktu 2.1. z podrozdziału 2.2.1. pracy).

Podobną sytuację mamy w filmie *Uwierz w ducha* (*Ghost*, 1990). Sam (Patrick Swayze), mąż Molly (Demi Moore), zostaje zastrzelony na ulicy. Będąc już duchem, czego na początku również nie jest świadomy, przekonuje się, że jego zabójstwo było celowe, a Molly grozi niebezpieczeństwo. Usiłuje ostrzec żonę, jednak – inaczej niż w poprzednio przywoływanym filmie – jest niewidoczny dla innych ludzi. Aby ją uratować, nawiązuje kontakt ze spirytystką Odą Meą Brown (Whoopi Goldberg).

Z motywem tajemniczego sobowtóra spotykamy się także w *Podwójnym wcieleniu* (*Doppelganger*, 1993). Główna bohaterka Holly Gooding (Drew Barrymore)



uważa, że nawiedza ją demon, który przybiera jej postać. Wierzy również, że ta złowroga istota zamordowała jej matkę, a teraz czyha na jej życie.

Koncepcja sobowtóra jest obecna również m.in. w filmach: *Prestiż* (*The Prestige*, 2006), *Mary Reilly* (1996) i *Powrót do przyszłości* (*Back to the Future*, 1985).

Film *Przebudzenie* (*Awake*, 2007) opowiada historię Claya (Hayden Christensen), który poddaje się operacji przeszczepu serca. Gdy bohater leży na stole operacyjnym po podaniu narkozy, okazuje się, że jest sparaliżowany, ale zachowuje świadomość: słyszy i czuje, widzi skalpel wbijający się w jego skórę, lecz nie może zareagować. Opuszcza swoją fizyczną powłokę i w dalszej części filmu ukazana jest akcja z perspektywy ciała eterycznego. W tym szczególnym stanie staje się mimowolnym świadkiem rozmowy ujawniającej spisek na jego życie. Można znaleźć wiele relacji, według których przyczynę wystąpienia OOB stanowi właśnie narkoza [zob. przykład 3. (doświadczenia poza ciałem wymuszone) z podrozdziału 2.4. pracy]. Na temat śmierci klinicznej traktuje także film *Linia życia* (*Flatliners*, 1990).

Filmy nawiązujące do koncepcji świadomego snu to m.in.: *Koszmar z ulicy Wiązów* (*A Nightmare on Elm Street*, 1984), *Życie świadome* (*Waking Life*, 2001), *Jesteśmy snem* (*Lathe of Heaven*, 2002) oraz *Incepcja* (*Inception*, 2010).

Specyficzna, tajemnicza atmosfera, zdająca się podważać realność otaczającego świata i tożsamość bohaterów, jest obecna także w innych ciekawych dziełach filmowych, takich jak: *Otwórz oczy* (*Abre los ojos*, 1997), *Cela* (*The Cell*, 2000), *Donnie Darko* (2001), *Zostań* (*Stay*, 2005) czy *Zagubiona autostrada* (*Lost Highway*, 1997) i *Mulholland Drive* (2001) w reżyserii Davida Lyncha. Akcja tych filmów wydaje się rozgrywać w podświadomości bohaterów.

Temat OOB i świadomych snów poruszają także filmy dokumentalne: *Sekret* (*The Secret*, 2006), *What the Bleep Do We (K)now?!* (2004) i jego kontynuacja – *What the Bleep?!: Down the Rabbit Hole* (2006).

Dość specyficzne odniesienia do tych zjawisk można odnaleźć w dwóch niezwykle ciekawych filmach: *Podziemnym kręgu* (*Fight Club*, 1999) i *Czarnym łabędziu* (*Black Swan*, 2010).

Charakterystyczny dla obu filmów jest stale obecny motyw snu – Narrator z *Podziemnego kręgu* cierpi na bezsenność, co sprawia, że cała historia opowiedziana w filmie przybiera charakter półsnu. *Czarny łabędź* zaś rozpoczyna się snem Niny – głównej bohaterki. Co ciekawe, we śnie często występuje identyfikacja siebie z inną osobą – struktura własnej tożsamości wydaje się zatem zamglona. Większość akcji



w obu filmach dzieje się w nocy, co może być istotne ze względu na wspomnianą już wzmożoną pracę szyszynki w tym czasie. Ponadto – zdaniem Antoniego Kępińskiego, psychiatry i psychoterapeuty – noc, gdy człowiek z konieczności staje się samotny, kojarzy się ze śmiercią<sup>452</sup>, a tę, według zamieszczonych wcześniej relacji, ma poprzedzać właśnie OOB. Samotność może być również przyczyną wyraźnego objawiania się rozłamu bohaterów obu filmów. Jednym z wymiarów osamotnienia jest, zdaniem doktor Iwony Niewiadomskiej, „alienacja wewnętrzna”<sup>453</sup>. Charakteryzuje ją poczucie wewnętrznej pustki, a także oddzielenie od własnego *ja*. Autorka przytacza wypowiedzi kilku osób, które opisują ten stan następująco: „Mam uczucie głębokiej nicości i niebytu. Czuję się tak, jakbym stracił tożsamość. Istnieje cienka ściana między mną a rzeczywistością. Czuję się, jakbym był kimś innym, patrzącym na siebie samego. Czuję się, jakby ciało i umysł to były dwie różne rzeczy we mnie”<sup>454</sup>.

W obu filmach można dostrzec sobowtóry głównych bohaterów: Tyler w *Podziemnym kręgu* i Lilly w *Czarnym łabędziu*. Jako sobowtóry mogą być także interpretowane postaci Beth (*Czarny łabędź*) i Marli (*Podziemny krąg*).

Powtarzalność określonych czynności przez głównych bohaterów (taniec w *Czarnym łabędziu* i walki w *Podziemnym kręgu*) może stanowić próbę zakorzenienia się w rzeczywistości, a także wykreowania „scalonej” tożsamości. W obu filmach specyficzny automatyzm działania, walka o spójność i rozpaczliwa próba nadania sobie kontekstu są wyjaskrawione. Bohaterowie dążą do przypisania się do określonej grupy; są zagubieni, nawet anonimowi, co stanowi wyraz braku ich jednoznacznego statusu. Początkowo nie znamy imienia Narratora z *Podziemnego kręgu* (dopiero później dowiadujemy się, że ma na imię Jack); nazwy nie ma też miasto, w którym wstępnie rozgrywa się akcja. Ponadto regulamin Fight Clubu, stworzonego przez Jacka i Tylera, zabrania posiadania imion. Imię bohaterki *Czarnego łabędzia* również poznajemy stosunkowo późno. Taniec w *Czarnym łabędziu* i walka w *Podziemnym kręgu* to pewien rodzaj gry. Jak zauważa Richard Schechner – badacz, wydawca, reżyser, teoretyk i krytyk – każda z form gry wymaga „niebezpiecznej zabawy z ciałem, jego rekonstrukcji i dekonstrukcji zgodnie z jej własnym planem działania”<sup>455</sup>. Dekonstrukcja ciała jest w obu filmach przedstawiona w postaci ran symbolicznych –

<sup>452</sup> Na podstawie: A. Kępiński, *Wspólnota metabolizmu informacyjnego* [w:] *Antropologia widowisk. Zagadnienia i wybór tekstów*, pod red. L. Kolankiewicza i in., Warszawa 2010, s. 88.

<sup>453</sup> I. Niewiadomska, *Analiza osobowościowych przyczyn osamotnienia w świetle teorii atrybucji B. Weinera* [w:] *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*, pod red. P. Olesia, Lublin 1997, s. 178.

<sup>454</sup> Ibidem, s. 178–179.

<sup>455</sup> R. Schechner, *Zabawa* [w:] *Antropologia widowisk*, op. cit., s. 201.

krwi, samookaleczeń, które Bruno Bettelheim – psycholog, psychiatra i pedagog – postrzega jako rytuały okresu dojrzewania, oddzielające od siebie życiowe fazy niedojrzałości i dojrzałości seksualnej<sup>456</sup>. Sądzę, że dojrzałość może być tu interpretowana jako pewnego rodzaju skończoność. W wyniku ciągłego rozłamania i poczucia braku – symbolizowanych przez posiadanie sobowtóra – nigdy tej skończoności nie osiągamy. Bohaterowie są przedstawieni jako dorosłe dzieci (osoby niedojrzałe). Sam Narrator mówi o sobie: „Jestem trzydziestoletnim chłopcem”. Regres głównego bohatera *Podziemnego kręgu* jest najwyraźniejszy w scenie, gdy porównuje on Tylera i Marłę do swoich rodziców, a później, gdy Tyler chce, aby Jack pozbył się Marli z ich domu, wypowiada słowa: „Znów mam 6 lat, służę rodzicom za posłańca”. Pokój Niny z *Czarnego łabędzia* jest urządony jak dla małej dziewczynki, matka gładzi ją po włosach przed snem, mimo że bohaterka jest dorosła. Na jej stoliku nocnym stoi pozytywka z baletnicą.

Oba filmy obfitują w elementy znaczące (*signifiant*) będące symbolami rozpadu jednostek (specyficzne: dekoracja, kostium, sceneria, muzyka, gesty i zachowania postaci wskazujące na pojawienie się sobowtóra). Przykładowo w *Podziemnym kręgu* Marla (sobowtór) jest zawsze ubrana na czarno, nosi kapelusz i ciemne okulary (rodzaj maski), zwykle występuje z papierosem, przemawia przez nią szaleństwo. W pewnym momencie Narrator nawet wypowiada słowa: „Gdybym miał raka, nazwałbym go Marla”. Być może Marla jest zatem autodestrukcyjną personifikacją części jego osobowości, której się boi i którą wypiera. Podobnie można interpretować postać Tylera (sobowtór) – zazwyczaj w rozpiętej koszuli i ciemnych okularach, otwartego i bezpruderyjnego. Jack (postać mogąca być interpretowana jako ciało fizyczne) nosi na początku koszulę z krawatem, jego styl można określić jako schludny, cały czas stara się nad sobą panować. Podobnie przedstawiono bohaterów *Czarnego łabędzia*: Nina (ciało fizyczne) jest zawsze ubrana na białą, ma spięte włosy, cały czas stara się nad sobą panować; Lilly (sobowtór) zaś – ubrana na czarno, rozpuszczone włosy, rozrywkowa. Gdy się pojawia, zwykle panuje mrok, podobnie jest w przypadku obecności sobowtórów w *Podziemnym kręgu*.

Co ciekawe, bohaterowie zdają się przybierać maski, o czym może świadczyć zakończenie *Czarnego łabędzia*, gdy Nina staje się w pełni czarnym łabędziem i maluje twarz na białą, a także rany i sińce na twarzy Narratora z *Podziemnego kręgu*, których bohater nie próbuje ukrywać, a wręcz afiszuje się z nimi. Maskujemy się w karnawale,

---

<sup>456</sup> B. Bettelheim, *Rany symboliczne* [w:] *Antropologia widowisk*, op. cit., s. 599.

chcąc ukryć swoją tożsamość i pokazać nową, zatem można sądzić, że dzięki tym przeobrażeniom bohaterowie próbują stać się *innymi*.

W obu filmach można zauważyć charakterystyczne momenty, dzięki którym sensowne wydaje się postawienie tezy, że niektóre postaci są sobowtórami głównych bohaterów, w pewien sposób z nimi zintegrowanymi:

### ***Podziemny krąg:***

- w główną akcję filmu często wmontowywany jest migający wizerunek Tylera (sobowtóra); pojawia się w nocy, gdy Narrator nie może zasnąć. Najwyraźniejszym sygnałem rozłamu osobowości jest pojawienie się migającego wizerunku Tylera, gdy główny bohater, będąc na terapii odbywającej się nocą, słyszy z ust prowadzącego komunikat: „Znajdźcie sobie parę”;
- słowa Narratora: „Wiem to, bo Tyler o tym wie”;
- słowa Narratora, gdy pierwszy raz widzi Tylera (w samolocie): „Skoro budzisz się w innym czasie i w innym miejscu, nie możesz obudzić się kimś innym?”;
- depersonalizacja Narratora, mówienie o sobie jako o części siebie; stwierdzenia Narratora (Jacka): „Jestem zimnym potem Jacka”, „jestem zupełnym brakiem zaskoczenia ze strony Jacka”, „jestem uśmiechniętą zemstą Jacka”, „jestem zmarnowanym życiem Jacka”, „jestem pękniętym sercem Jacka”;
- oparzenie na rękę Narratora ukazało się także na ręce Tylera;
- członkowie Kręgu i Marla zaczynają nazywać Jacka Tylerem, w końcu sam Tyler nazywa go swoim imieniem;
- obraz z monitoringu, na którym Jack strzela w pustą przestrzeń (sądzi, że strzela do Tylera);
- Jack strzela sobie w głowę, ale umiera Tyler.

### ***Czarny łabędź:***

- Nina zauważa w metrze swojego sobowtóra (Lilly), który naśladuje jej ruchy (poprawia włosy tak, jak ona);
- halucynacje, lustrzane odbicie Niny często przedstawia inny obraz niż ten właściwy;
- w szpitalu Nina widzi, jak Beth (poprzednia odtwórczyni głównej roli w sztuce baletowej) okalecza swoją twarz pilnikiem, później ten sam pilnik wypada z ręki Niny. Przymuszczalnie postać Beth może być zatem interpretowana jako kolejny sobowtór Niny;

- podobnie jak w *Podziemnym kręgu* Jack stopniowo upodabniał się do Tylera, tak w *Czarnym labędziu* Nina w miarę upływu filmu upodabnia się do Lilly – zarówno pod względem zachowania, jak i ubioru;
- w niektórych scenach Nina patrzy na Lilly lub Beth i widzi swoją twarz;
- Nina zabija Lilly i rozbija się lustro (symbol), później sama umiera.

### 3.6.2. Literatura

Pojawianie się zjaw osób żyjących było przedstawiane w licznych przekazach sięgających starożytności. Nawet w *Iliadzie* Homera znajdujemy fragment opisujący oblężenie Troi, podczas którego ranny Eneasz dochodził do sił wewnątrz murów grodu i jednocześnie „za sprawą Apolla” był obecny na polu bitwy pod miastem<sup>457</sup>.

W tym kontekście można wspomnieć opowiadanie Edgara Allana Poeego pt. *William Wilson*<sup>458</sup>. Ma ono charakter retrospektywnej autobiografii, którą bohater spisuje, leżąc na łożu śmierci (co ma duże znaczenie w kontekście relacji na temat częstego występowania zjawiska eksterioryzacji podczas konania ciała fizycznego). William już w szkole dostrzegał swojego sobowtóra – chłopca wyglądającego tak samo jak on, a w dodatku noszącego to samo imię i nazwisko, który później stał się jego rywalem. Co ciekawe, tok narracji zaczyna przejmować sobowtór, po jakimś czasie jednak „powraca” pierwszy William, skarżący się na to, że sobowtór naśladuje jego sposób chodzenia i mówienia. William spotykał sobowtóra wielokrotnie w swoim życiu, m.in. (już w wieku dorosłym), zamroczony alkoholem, widział go w półmroku. Poe wykorzystał motyw sobowtóra także w innych swoich opowiadaniach: *Beczka Amontillada*, *Człowiek tłumy* i *Upadek domu Usherów*.

Opisy zjawiska bilokacji (nawet podwójnej) znajdziemy też w *Wampirze* Władysława Stanisława Reymonta. Co ważne, Reymont brał udział w zjeździe spirytystów w Londynie latem 1984 roku i zetknął się z Towarzystwem Teozoficznym i Bławatską. *Wampir* powstał na podstawie notatek pisarza z tego posiedzenia<sup>459</sup>. W książce występuje fragment dotyczący seansu spirytystycznego mającego miejsce w Londynie, w którym brali udział Zenon – główny bohater i Daisy – tajemnicza, demoniczna kobieta, medium:

<sup>457</sup> Zob. Homer, *Iliada*, przeł. F. K. Dmochowski, Wrocław 2004, księga V.

<sup>458</sup> Zob. E. A. Poe, *William Wilson* [w:] idem, *Wybór opowiadań*, przeł. S. Studniarz, Warszawa 2003, s. 84–106.

<sup>459</sup> *Nota wydawnicza* [w:] W. S. Reymont, *Wampir*, Warszawa 1975, s. 191.

[Daisy] pochyliła się nad śpiącym [Zenonem], jakby mu coś chciała szepnąć do ucha, a on podniósł się i z niewysłowionym uśmiechem podał jej rękę i naraz, niby drzewo rozłupane przez piorun, rozpadł się na dwie osoby... siedział w dawnej postawie z głową pochyloną na poręcz krzesła i stał równocześnie w drugiej osobie przed nią pochylony...

Krzyk zdumienia wyrwał się ze wszystkich ust i padł zmartwiały, bo oto drzwi od pokoju okrągłego rozwarły się i ujrzano Daisy leżącą na sofie.

Dwa ciała leżały w śnie głębokim, równocześnie dwie zjawy, dwa widma czy dwie dusze przyobleczone w kształt widomy i płomieniejący światłem, dwa jakby zwierciadlane odbicia Daisy i Zenona przesuwały się ciemnościach tuż przed nimi...<sup>460</sup>

Po seansie Zenon wychodzi, Daisy zostaje w pokoju, ale widzi ją też na korytarzu:

Stał przez chwilę z przymkniętymi oczami, pewny, że to przywidzenie lub halucynacja, bo i jakże, przed chwilą zostawił ją tam uśpioną w pokoju seansowym, widział na własne oczy, pamięta... a ona teraz tutaj, ubrana do wyjścia, idąca z przeciwnej strony. [Odjechała powozem – D. K.].

– Kto tu wyjeżdżał? – zapytał po chwili odźwiernego.

– Miss Daisy!

Już nic nie odrzekł, bo mu się zdało naraz, że go ogarnęła ciężka, niezwalczona senność. Powrócił na pierwsze piętro i machinalnie odnalazł swoje mieszkanie; długo krążył po nim, roztrącając się o sprzęty i meble; długo błędził po omacku, nie wiedząc, co począć, co się z nim stało, gdzie jest!

Padł na jakieś krzesło i pozostał nieruchomy, zeszywniały z przerażenia, oto znowu ujrzął je obiedwie razem... tamtą, śpiącą na sofie, i tę schodzącą po schodach...<sup>461</sup>

Później, jak pisze Reymont, Zenon zawołał pokojówkę, która poinformowała go, że Daisy przed chwilą wyjechała, wcześniej zaś spała i nigdzie nie wychodziła<sup>462</sup>. Jednak według Zenona Daisy w nocy była na seansie, a nie spała – jak twierdziła pokojówka – poza tym widział ją też śpiącą wówczas, gdy zdaniem pokojówki wyjechała. Można zatem dojść do wniosku, że tylko Zenon – którego stan psychiczny nie był zbyt stabilny – widział sobowtóra Daisy. Podczas późniejszej rozmowy Zenona z Daisy wypowiada ona znaczące słowa: „Czasem zapominamy własnego istnienia lub patrzymy na nie jak na obce nam, poza nami będące... A czasami dusza, porwana jakimś tajemniczym wirem, gubi ciało ani spostrzegając tego...”<sup>463</sup>.

---

<sup>460</sup> Idem, op. cit., s. 12–13.

<sup>461</sup> Ibidem, s. 16.

<sup>462</sup> Ibidem, s. 16–17.

<sup>463</sup> Ibidem, s. 85.

Warto też wspomnieć o współczesnej powieści zatytułowanej *Trans śmierci*, autorstwa Grahama Mastertona. Głównym bohaterem jest Randolph Clare, bogaty właściciel przedsiębiorstwa. Jego żona i trójka dzieci padają ofiarą brutalnego morderstwa. Bohater decyduje się nawiązać kontakt ze swoją zmarłą rodziną z pomocą transu śmierci – mistycznego obrzędu, o którym dowiaduje się od hinduskiego lekarza. Wyjeżdża na Bali, gdzie odnajduje duchowego przewodnika – Michaela Huntera. Razem prowadzą praktyki polegające na generowaniu sobowtórów eterycznych, szczegółowo opisane przez autora. Po opisie wspólnej medytacji Michaela i Randolpha i odśpiewaniu mantry, co miało pomóc im wejść w trans, narrator relacjonuje:

Randolph poczuł, jakby całe jego istnienie wibrowało [...].

Spojrzał na Michaela. Potem przyjrzał mu się bliżej. [...] Kontur Michaela zaczął drżeć, jakby unosiło się między nimi gorące powietrze lub jakby Michael leżał tuż pod powierzchnią czystego, ale wartkiego strumienia.

Chciał coś powiedzieć, spytać Michaela, co się stało, ale usta odmówiły mu zrobienia czegokolwiek, oprócz śpiewania mantry. Potem na jego oczach z czubka głowy Michaela wyslizgnęło się coś w rodzaju płynnego stworzenia i ruszyło spiralą w zadymione powietrze. Randolph śledził wzrokiem, jak wirowało, tańczyło i krążyło po podwórzu, a potem wolno wróciło do Michaela. Patrzył oszołomiony w zafascynowaniu i grozie. Płynne stworzenie było teraz Michaelem. Wyglądało jak Michael, z wyjątkiem tego, że było półprzezroczyste i płynne. [...] Prawdziwe ciało Michaela było na swoim miejscu, w pozycji siedzącej, na posadzce podwórza, z otwartymi oczami nadal pusto wpatrzonymi w Randolpha, i nuciło mantrę.

Dusza Michaela – ponieważ tym właśnie było to płynne stworzenie, jego *antakaranasarira* – obiema rękami kiwała na Randolpha i uśmiechała się przelotnym wodnistym uśmiechem. Randolph usłyszał lekkie odchylenie w końcowej wibracji *Om*, a to wydawało się znaczyć: „Wstań, wstań, przyłącz się do mnie, wyjdź ze swego ciała i przyłącz się do mnie”.

Przez chwilę Randolph pomyślał: „To niemożliwe, tego nie da się zrobić”. Jednak wtedy, ułamek sekundy później, spadła na niego ogromna i nagła świadomość z ciemnością i mocą pędzącej lokomotywy, że wystrzelił, oddzielił się od swego ciała i teraz wisi ponad nim. Ujrzał dachy, chmury, mury, ruch uliczny, drzewa, zanim podążył, tym razem wolniej, ku posadzce podwórza. A tam pod nim był on sam, nagi, ze skrzyżowanymi nogami, nucący swoją świętą mantrę.

Duch Michaela płynął mu naprzeciw, podczas gdy on spadał. Cały lęk Randolpha opuścił go teraz. Z wolna zbliżył się do swego materialnego ciała i podryfował wokół siebie, aby zobaczyć, jak wygląda. Uznał to doświadczenie za zadziwiające. Wyglądał znacznie starzej, niż sobie wyobrażał, i był o wiele mocniej zbudowany. Jego brzuch wymagał ćwiczeń, a z tyłu czaszki znajdowała się szeroka łysa ścieżka. [...] Duch Michaela, obserwując go, podążył za nim i w końcu uniosł rękę, wskazując do góry, na niebo. Razem przelecieli ponad świątynię, wyżej niż dachy najwyższych kaplic, wyżej niż drzewa, płynąc jak dwa latawce ponad rynkiem, ulicami i błyszczącą rzeką. [...]

Wślizgując się z powrotem w swoje ciało, Randolph czuł się tak, jakby wchodził pod kołdrę w gorącą letnią noc. Przez kilka pierwszych chwil czuł gorąco, duszność i coś w rodzaju ściskania<sup>464</sup>.

Dalej bohaterowie *Transu śmierci* muszą zmierzać się z lejakami, istotami astralnymi, które żywią się duszami – zarówno żywych, wchodzących w trans, jak i zmarłych, co może budzić skojarzenia z istotami napotykanymi – według opisów eksterioryzacji – przez podróżników. Masterton jest także autorem cyklu książek o ludziach podejmujących ważne działania w swoich snach (a więc, przy założeniu wcześniejszych hipotez, praktykujących świadome śnienie): *Wojownicy Nocy*, *Śmiertelne Sny*, *Nocna Plaga* i *Powrót Wojowników Nocy*.

---

<sup>464</sup> G. Masterton, *Trans śmierci*, przeł. G. Jasiński, Zakrzewo 2013, s. 245–247.

## Zakończenie

Doświadczenia poza ciałem to zjawisko szeroko opisywane w kulturze już od starożytności. W wielu źródłach można odnaleźć bezpośrednie relacje tych, którzy – jak twierdzą – przeżyli OOB. Ich sprawozdania, a także opisy rzetelnych badań kompetentnych osób ukazują wiele ciekawych związków tego zjawiska z innymi sferami nauki i kultury, takimi jak: neurochemia, fizyka, mechanika kwantowa, psychologia, psychiatria, filozofia, magia i ezoteryka. Zjawisko to stanowi także inspirację dla artystów, .m.in. scenarzystów filmowych i pisarzy.

Sądzę, że OOB, jako projekt kulturowy, idealnie wpasowuje się w dzisiejsze realia. Stanowi część kultury, choć zdaje się też ją przekraczać, sięgać poza jej granice. W oryginalny sposób realizuje ideę posthumanistyczną, mającą na celu tworzenie nowych pojęć, kategorii i wzorów, dzięki którym każdy może zyskać szansę dotarcia do swojej prawdziwej natury, nadania sensu i kierunku swoim działaniom. Mentalne przekraczanie cielesności pociągałoby za sobą odkrywanie nowych sposobów rozumowania i perspektyw postrzegania rzeczywistości. Projekt OOB uwidacznia, że to jednostka ludzka, we własnym umyśle, tworzy rzeczywistość, przy czym ona sama stanowi równoprawną część natury. Ujawnia, iż sposób postrzegania świata i samych siebie jest w dużym stopniu zależny od kultury. Eksterioryzacja jako przeżycie duchowe umacnia pogląd, że człowiek to nie tylko ciało. Jest ona drogą do świata energii, którego rzeczywistość materialna stanowi być może tylko odzwierciedlenie. Opisy przeżyć poza ciałem skłaniają również do tworzenia analogii między snem a śmiercią. Określa to w pewien sposób na nowo status egzystencji, sprawia, że wydaje się ona głębsza, wielowymiarowa; uświadamia nam, iż także za życia doświadczamy (choć w większości przypadków nieświadomie) podróży poza cielesność. Sama śmierć staje się dzięki temu w pewnym sensie poskromiona.

*Ja* może być obserwowane jedynie jako *inny* (np. w lustrze), jednak podczas eksterioryzacji, według opisów zamieszczonych w pracy i innych, spojrzenie to nie jest zapośredniczone, jest czyste. Możliwe, że w związku z tym w OOB można dostrzegać drogę do przezwyciężenia braku towarzyszącego nam przez całe życie. Wydaje się nim właśnie wizerunek *siebie*, którego nigdy nie możemy uchwycić; nie mamy dostępu do własnego realnego obrazu, niezafalszowanego przez kulturę ani przez lustrzane odbicie. Tę możliwość stwarzałyby właśnie eksterioryzacja, co w związku z tym świadczyłoby



o jej wielkim potencjale, chociażby opierała się jedynie na wyobrażeniu. Należy bowiem pamiętać, że „żadna prawda nie jest pewniejsza [...], co ta prawda, że wszystko, co istnieje dla poznania, a więc cały ten świat, jest przedmiotem tylko w stosunku do podmiotu, tylko wyobrażeniem kogoś wyobrażającego, jednym słowem – jest przedstawieniem”<sup>465</sup>.

---

<sup>465</sup> A. Schopenhauer, *Istotą świata jest wola* [w:] *Zagadnienia i kierunki filozofii. Ontologia, epistemologia, etyka (wybór tekstów)*, pod red. J. Galarowicza, W. Jaworskiego, A. Małeckiej, Kraków 1990, s. 117.

## Bibliografia

- Bergson H., *Kinematograficzny mechanizm myślenia i złudzenie mechanistyczne* [w:] H. Bergson, *Ewolucja twórcza*, przeł. F. Znaniecki, Kraków 2004.
- Bessière R., *Człowiek nadnaturalny. Kontakt z niewidzialnym*, przeł. A. Wróblewski, Warszawa 2009.
- Bettelheim B., *Rany symboliczne* [w:] *Antropologia widowisk, Zagadnienia i wybór tekstów*, pod red. L. Kolankiewicza i in., Warszawa 2010.
- Bławatska H. P., *Klucz do teozofii*, Warszawa 1996.
- Boruń K., *Spór o duchy*, Warszawa 1992.
- [brak autora], *Kybalion. Studium hermetycznej filozofii starożytnego Egiptu i Grecji autorstwa Trzech Wtajemniczonych*, wyd. FranzBardon.pl, [b.m.] 2003.
- Bugaj R., *Eksterioryzacja – istnienie poza ciałem*, Warszawa 1990.
- Bugaj R., *Fenomeny paranormalne*, Warszawa 1994.
- Castaneda C., *Nauki don Juana*, Poznań 2000.
- Castaneda C., *Potęga milczenia*, Poznań 2010.
- Castaneda C., *Sztuka śnienia*, Poznań 1998.
- Chion M., *Audio-wizja. Dźwięk i obraz w kinie*, przeł. K. Szydłowski, Kraków 2012.
- Crowley A., *Magija w teorii i praktyce*, przeł. D. Misiuna, Kraków 1999.
- Currie I., „*Nie wszystkich umrę*”. *Niezwykłe odkrycia stu lat badań nad śmiercią*, przeł. Z. Domaniewska, Kanada 1993.
- Dewhurst-Maddock O., *Terapia dźwiękiem. Jak osiągnąć zdrowie poprzez muzykę i śpiew*, przeł. J. Renk, Białystok 2001.
- Drury N., *Don Juan, Mescalitio i współczesna magia. Mitologia przestrzeni wewnętrznej*, przeł. W. Józwiak, Warszawa 1992.
- Dudek Z. W., *Podstawy psychologii Junga. Od psychologii głębi do psychologii integralnej*, Warszawa 2002.
- Dybel P., *Ocalenie w lustrze. O wczesnej koncepcji „stadium lustra” Jacquesa Lacana* [w:] *Urwane ścieżki: Przybyszewski, Freud, Lacan*, Kraków 2000.
- Feuerbach L., *Bóg jest istotą człowieka* [w:] *Zagadnienia i kierunki filozofii. Ontologia, epistemologia, etyka (wybór tekstów)*, pod red. J. Galarowicza, W. Jaworskiego, A. Małeckiej, Kraków 1990.

- Fiori M., *Spirytyzm. Czy można komunikować się ze zmarłymi?*, przeł. P. Furdzik, Ząbki 2003.
- Freke T., Gandy P., *Mistycyzm a religie świata*, Warszawa 2002.
- Grof S., *Poza mózg. Narodziny, śmierć i transcendencja w psychoterapii*, przeł. I. Szewczyk, Kraków 1999.
- Grzybowski P., *Opowieści spirytystyczne*, Katowice 1999.
- Homer, *Iliada*, przeł. F. K. Dmochowski, Wrocław 2004.
- Ja i tożsamość*, pod red. A. Tessera, R. B. Felsona, J. M. Salsa, Gdańsk 2004.
- Jacobi J., *Psychologia Carla Gustava Junga*, przeł. S. Łypcakiewicz, Warszawa 2001.
- Karasek M., *Szyszynka i melatonina*, Warszawa 1997.
- Kaufmann J.-C., *Kiedy ja jest innym*, Warszawa 2013.
- Kępiński A., *Wspólnota metabolizmu informacyjnego [w:] Antropologia widowisk. Zagadnienia i wybór tekstów*, pod red. L. Kolankiewicza i in., Warszawa 2010.
- Masterton G., *Trans śmierci*, przeł. G. Jasiński, Zakrzewo 2013.
- Mindell A., *Śnienie na jawie*, przeł. R. Palusiński, Katowice 2009.
- Moen B., *Świadome podróże w niefizyczne światy*, przeł. J. Mądrzak, Poznań 2006.
- Murphy J., *Potęga podświadomości*, przeł. M. Kęcka, Warszawa 2006.
- Newton M., *Przeznaczenie dusz. Dalsze badania nad życiem pomiędzy wcieleniami*, t. 1, przeł. B. Górecka, Łódź 2003.
- Newton M., *Wędrownica dusz. Studium życia pomiędzy wcieleniami*, przeł. B. Górecka, Łódź 2003.
- Niewiadomska I., *Analiza osobowościowych przyczyn osamotnienia w świetle teorii atrybucji B. Weinerja [w:] Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*, pod red. P. Olesia, Lublin 1997.
- Ostrowski K., Bem W., *Histologia*, Warszawa 1995.
- Pierpaoli W., Regelson W., Colman C., *Cud melatoniny*, przeł. R. Konarski, Warszawa 1995.
- Platona Teajtet*, przeł. W. Witwicki, Warszawa 1959.
- Poe E. A., *William Wilson [w:] E. A. Poe, Wybór opowiadań*, przeł. S. Studniarz, Warszawa 2003.
- Posacki A., *Neospirytyzm i pseudopsychologie*, Kraków 2012.
- Powell A. E., *Ciało eteryczne*, przeł. H. Wodziński, Warszawa 1995.
- Reymont W. S., *Wampir*, Warszawa 1975.

- Roney-Dougal S., *Tam, gdzie nauka spotyka się z magią*, przeł. G. Gasparska, Warszawa 2003.
- Rouille A., *Prawda fotografii* [w:] A. Rouille, *Fotografia. Między dokumentem a sztuką współczesną*, przeł. O. Hedeman, Kraków 2007.
- Ryż M., *Śmierć i co potem. Z punktu widzenia parapsychologii*, przeł. M. Śnieciński, Wrocław 1996.
- Schechner R., *Zabawa* [w:] *Antropologia widowisk, Zagadnienia i wybór tekstów*, pod red. L. Kolankiewicza i in., Warszawa 2010.
- Schopenhauer A., *Istotą świata jest wola* [w:] *Zagadnienia i kierunki filozofii. Ontologia, epistemologia, etyka (wybór tekstów)*, pod red. J. Galarowicza, W. Jaworskiego, A. Małeckiej, Kraków 1990.
- Soulages F., *Od przedmiotu portretu do ogólnego przedmiotu fotografii: „to, co zostało odegrane”* [w:] F. Soulages, *Estetyka fotografii. Strata i zysk*, przeł. B. Mytych-Forajter, Kraków 2007
- Steiner R., *Teozofia. Wprowadzenie w nadmysłowe poznanie świata i przeznaczenie człowieka*, przeł. T. Mazurkiewicz, Warszawa 1993.
- Strassman R., *DMT. Molekuła duszy*, tłum. M. Lorenc, Białystok 2011.
- Sugier D., *Miłość i wolność poza ciałem*, Świdnik 2002.
- Szyjewski A., *Szamanizm*, Kraków 2005.
- Świtkowski J., *Okultyzm i Magia w świetle parapsychologii*, Kraków 1990.
- Trąbka J., *Dusza mózgu*, Kraków 2000.
- Wiseman R., *Paranormalność. Dlaczego widzimy to, czego nie ma*, przeł. J. Mikos, Warszawa 2012.

## Źródła internetowe

- Adamska-Rutkowska D., Dudzik D., *Zagadkowa bilokacja*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.centrumrozwojuheurystyki.pl/?p=3786> [dostęp: 30.03.2014].
- [brak autora], *Bilokacja – eksterioryzacja zachodząca z wydzieleniem sobowtóra*. Dostępne w internecie: <http://zjawiska-paranormalne1989.blog.onet.pl/2011/10/01/rozdzial-iii-bilokacja-eksterioryzacja-zachodzaca-z-wydzieniem-sobowtora/> [dostęp: 8.04.2014].

[brak autora], *Fenomen Doppelgängera i bilokacja*. Artykuł dostępny w internecie: <http://even-horizon.blog.onet.pl/category/fenomen-doppelganguera-i-bilokacja/> [dostęp: 8.04.2014].

[brak autora], *Holograficzny wszechświat*. Artykuł dostępny w internecie: <http://zenforest.wordpress.com/tag/holograficzny-wszechswiat/> [dostęp: 21.03.2014].

[brak autora], *Podróże poza ciałem*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.lucidologia.pl/2011/02/podroze-pozza-ciaem.html> [dostęp: 18.03.2014].

[brak autora], *Teoria strun i wielowymiarowy Wszechświat*. Artykuł dostępny w internecie: <http://www.oobe.pl/park/Teoria-Strun-I-Wielowymiarowy-Wszechswiat-t927.html> [dostęp: 30.03.2014].

[brak autora], *Znaleźć się w dwóch miejscach jednocześnie. Tajemnice bilokacji*. Artykuł dostępny w internecie: <http://niewiarygodne.pl/kat,1017181,title,Znalezcie-sie-w-dwoch-miejscach-jednoczesnie-Tajemnice-bilokacji,wid,13617899,wiadomosc.html> [dostęp: 3.04.2014].

*Dimetylotryptamina* w bazie ChemIDplus. United States National Library of Medicine. Dostępne w internecie: <http://chem.sis.nlm.nih.gov/chemidplus/rn/61-50-7> [dostęp: 24.04.2014].

<http://hemi-sync.com.pl/hemi-sync-medytacja-rozwoj-osobisty/> [dostęp: 23.04.2014].

<http://hemi-sync.com.pl/dudnienia-roznicowe-odmienne-stany-swiadomosci/> [dostęp: 23.04.2014].

<http://hemi-sync.com.pl/monroe-institute/> [dostęp: 22.04.2014].

<http://niewyjasnione.blog.onet.pl/2008/12/15/i-doser-3-0/> [dostęp: 23.04.2014].

[http://www.mss0.republika.pl/mistyczny-wymiar/chaos\\_03c.html](http://www.mss0.republika.pl/mistyczny-wymiar/chaos_03c.html) [dostęp: 17.06.2014].

<http://www.oobe.pl/park/Chcesz-Wyjsc-Zadbaj-O-Szyszynke-t6100.html> [dostęp: 24.04.2014].

<http://www.oobe.pl/park/index.php?autocom=ibwiki&cmd=article&id=7> [dostęp: 20.04.2014].

<http://www.oobe.pl/park/index.php?autocom=ibwiki&cmd=article&id=19> [dostęp: 21.04.2014].

<http://www.oobe.pl/park/index.php?showtopic=6424&st=21> [dostęp: 10.03.2014].

<http://www.oobe.pl/park/Kim-Sa-Istoty-Astralne-t6697.html> [dostęp: 10.03.2014].

<http://www.oobe.pl/park/Oobe-Czyli-Eksterioryzacja-t4633.html> [dostęp: 10.03.2014].

<http://www.oobe.pl/park/Poszukiwanie-Prawdy-t6191.html> [dostęp: 21.04.2014].

<http://www.oobe.pl/park/swiadomosc-Klucz-Do-Projekcji-Astralnej-t5646.html> [dostęp: 20.04.2014].

<http://www.paranormalne.pl/topic/30819-w-szponach-hipnagogi/> [dostęp: 21.04.2014].

<http://sjp.pwn.pl/slownik/2561472/indywiduacja> [dostęp: 25.03.2014].

<http://swiadomy-sen-senny-swiat.blogspot.com/2013/01/hipnagogi.html> [dostęp: 21.04.2014].

<http://swiadomy-sen-senny-swiat.blogspot.com/2013/11/faszywe-przebudzenie.html> [dostęp: 21.04.2014].

<http://www.filozofia.traugutt.net/wprowadzenie,1,4.php> [dostęp: 18.03.2014].

Syriusz [pseud.], *Podróże astralne*. Artykuł dostępny w internecie: <http://okulta.pl/oobe-i-ld/item/139-podroze-astralne> [dostęp: 20.04.2014].

Wambach H., *Życie przed życiem*, [b.r.m.]. Pobrano z: Biblioteka rozwoju duchowego. Dostępne w internecie: <http://www.ksiegozbiory.cba.pl/ksiegi.html>. [dostęp: 17.04.2014].

## Ryciny

Rycina 1. Dawny sztych przedstawiający unoszący się fantom śpiącej dziewczyny (Mary Evans Picture Library). Źródło: <http://www.centrumrozwojuheurystyki.pl/?p=3786> [dostęp: 24.04.2014].

Rycina 2. Szyszynka. Źródło: <http://s18.postimg.org/xa4p7t70l/Szyszynka.jpg> [dostęp: 24.04.2014].

Rycina 3. XIX-wieczne fotografie zjaw. Źródło: [https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR1APRURoNreN0T7UNGeYaqIOSIPD0Xrw0CLe\\_kZF7ko9AD5odb](https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcR1APRURoNreN0T7UNGeYaqIOSIPD0Xrw0CLe_kZF7ko9AD5odb) [dostęp: 25.05.2014].

Rycina 4. Mapa z oznaczeniem miejsc zamieszkania osób deklarujących doświadczenie eksterioryzacji. Źródło: [http://www.oobe.pl/oobe\\_mapa.html](http://www.oobe.pl/oobe_mapa.html) [dostęp: 11.03.2014].