

MOKSLININKAI ATLIEKA TIBETO BUDISTŲ SMEGENŲ TYRIMUS POMIRTINĖS MEDITACIJOS METU

Trumpas pokalbis su žurnalistu ir Sankt Peterburgo mokslininku fiziologu Sviatoslavu Medvedevu*. Jis gavo iš Dalai Lamos prieigą prie vienuolynų ir tyrinėja pomirtinę meditaciją – thukdamo būseną.



Taigi, vienas mokslininkas iš Sankt Peterburgo, fiziologas ir Rusijos mokslų akademijos akademikas iš Dalai Lamos XIV gavo prieigą prie seniausių budistų vienuolynų ir ten studijavo pomirtinę meditaciją, kurios metu išsaugomas patyrusio specialisto kūnas. Kokios žmogaus smegenų paslaptys buvo atskleistos atliekant tyrimą?



Psichofiziologinių meditacijos tyrimų rezultatų aptarimas 2019 m. vasario mėn. Čia matote Žmogaus smegenų instituto tyrinėtojus. Ant sienos kabo instituto įkūrėjos Natalijos Petrovnos portretas! 2019 m. rugsėjo mėn.

27 metus Sviatoslavas Medvedevas yra Žmogaus smegenų instituto vadovas, daugiausia dėmesio skyrė sąmonės paslapčių studijoms. Mokslinis susidomėjimas neatpažintais ir, iš pirmo žvilgsnio, nepaaiškinamais reiškiniais jam yra paveldėtas. Taigi, Medvedevo prosenelis, garsus sovietų psichiatras Vladimiras Michailovičius Bekhterevas, pirmasis Rusijoje pradėjo studijuoti hipnozę, o Natalija Petrovna Bechtereva nepaprastai domėjosi „patirties po mirties“ fenomenu ir nebijojo kalbėti apie paranormalius dalykus Rusijos mokslininkams.

Meditaciją tyrinėjo šimtai mokslininkų, tačiau daugiausia budistų vienuolynuose, esančiuose Vakaruose, arba universitetų laboratorijose. Ir jiems buvo suteikta prieiga prie seniausių Indijos vienuolynų, gavus paties 14-ojo Dalai Lamos leidimą. Kaip tai atsitiko?

S. Medvedevas pasakoja:

- Su Dalai Lama susipažinome dar 2009 m. Tada aš vadovavau Žmogaus smegenų institutui. Dalai Lama pasakė, kad jei budizmo dogma prieštarauja moksliniams duomenims, tuomet dogmą reikia keisti. Ir tada jis pridūrė, kad mokslininkų žodžiai yra svarbesni nei religinių veikėjų žodžiai. Jis tai žino ir yra suinteresuotas užtikrinti, kad reiškiniai, kuriuos budistų vienuoliai stebi

vienuolynuose, būtų patvirtinti moksliskai. Neįprasti žodžiai religiniam lyderiui. Tai mane sužavėjo. Nedirbčiau su žmogumi, kuris būtų tik įsitikinęs, kad yra teišus. Dėl to 2019 metais mūsų laboratorijos atsirado dviejuose Pietų Indijos vienuolynuose – budistiniame pasaulyje jos yra kažkas panašaus į Oksfordą ir Kembridžą. Vaikystėje svajojau apie kosmosą ir Andromedos ūką. Ir taip mūsų komanda buvo įleista į „kitą planetą“, kurioje gyvena 12 tūkst. žmonių (tiek vienuolių gyvena dviejų vienuolynų teritorijoje) – kurioje daugiausia dėmesio skyriama sąmonės tyrimams. Ištyrėme dešimt pomirtinės meditacijos atvejų, du pasitvirtino. Dalai Lama pasiūlė ištirti **thukdam**. Kas tai yra? Tai pomirtinės meditacijos būseną, kai patyrusio specialisto (budisto) kūnas nesuyra daug dienų ar net kelias savaites. Paskutinis tukdamas truko 36 dienas (Indijoje ryte ant stalo paliktas mėsos gabalas iki vakaro supūtų).

Kiek pomirtinės meditacijos atvejų jau patvirtinote?

- Dešimt buvo ištirta, bet tik du buvo preliminariai patvirtinti. Kitais atvejais kūnai vis tiek suyra, bet lėčiau. Mes tik įrodėme reiškinio egzistavimo faktą. Bet nėra taip, kad tai kyla dėl budizmo. Mūsų tyrimai neturi nieko bendra su religija, o aš pats nesu budistas.

Kaip patekti į thukdamą ir išsaugoti negendantį kūną?

- Vienuoliai į šią būseną patenka tam tikru būdu medituodami. Šios meditacijos esmė atitolti nuo išorinio pasaulio ir nustoti jį jausti. Į klausimą, kaip vienuoliai tai atlieka ir kaip kūnas negenda, kol kas atsakyti negaliu. Tikėtina, kad mirties momentu smegenys siunčia **elektrinį ar biocheminį signalą**, ir visos ląstelės išsaugomos. (*Gal fotonų šviesa neleidžia kūnui mirti? – Mano pastaba*). Jie ruošiasi thukdamui visą gyvenimą, o kaip šis pasiruošimas vyksta, mes tiriamo analizuodami psichofiziologinius pokyčius meditacijos metu. Šiuo metu mes ištyrėme 135 vienuolius, iš jų 20 tantrinių – tai yra elitiškiausią ir uždariausią budizmo grupę. Tarptautiniame psichofiziologų kongrese pasidalinsime savo tarpiniais rezultatais.

Ar tiesa, kad tyrimo metu elektroencefalogramas (EEG) fiksuoja patys budistų vienuoliai?

- Taip. Vienuolynuose išlieka daugybė tabu. Ir sunku įsivaizduoti situaciją, kai „baltieji barbarai“ ant vienuolių galvų montuoja jutiklius ir sėdi su jais meditacijos metu. Prieš pandemiją buvau keliose ekspedicijose Indijoje, bet tyrimai vyksta kiekvieną dieną, o juos iš tikrųjų atlieka patys vienuoliai.

Budistiniai laikraščiai rašo, kad vyksta istorinis įvykis: pirmą kartą budistai leido eksperimentuoti vienuolynuose, pirmą kartą atsirado nauja vienuolių specialybė – tyrėjas vienuolis. Buvo atrinkti aštuoni savanoriai, kurie šešis mėnesius mokėsi anglų kalbos, o vėliau atvyko mokytis į Sankt Peterburgą ir Maskvą. Jie klausėsi mokslininkų neurobiologų paskaitų. Vienuoliai buvo mokomi daryti elektroencefalogramas ir dirbti su prietaisais. Jie buvo beprotiškai susijaudinę dėl šio projekto! Dabar, pandemijos metu, mokymus internetu organizuojame dar 25 žmonėms.

Kas vyksta budistų vienuolio smegenyse meditacijos metu?

- Smegenys visiškai nustoja suvokti aplinkinį pasaulį. Pas mus studijuojantys budistai vienuoliai maksimaliai nuslopina mąstymą meditacijos metu.

Ar tokia meditacija veda į ilgaamžiškumą. Kaip?

- Natalija Petrovna Bekhtereva taip pat įrodė, kad smegenų neuronai yra daugiafunkciniai, tai yra, tie patys neuronai užtikrina mūsų mąstymą ir, pavyzdžiui, reguliuoja širdies ritmą. EEG rezultatai rodo, kad smegenų veikla meditacijos metu yra labai intensyvi, įtraukiamos visos jos zonos. Spėju, kad dirbant tokį intensyvų darbą, suveikia savotiškas „vidaus organų masažas“ - dėl to žmogus lengviau atsigauna, ilgiau gyvena. Tyrimas galėtų padėti žmonėms, sergantiems ADHD, pilotams ir sunkvežimių vairuotojams

Ar budizmo įrankiai gali būti tinkami psichikos ligoms gydyti?

- Mūsų darbo svarba yra ta, kad mes tyrinėjame **materijos ir sąmonės problemą, santykį tarp medžiagos ir idealo**. Yra materialus pasaulis, kurį matome, ir yra idealus pasaulis, kurio negalima pamatyti ar paliesti. Tačiau dabar kalbame ta pačia kalba ir įsivaizduojame tuos pačius vaizdinius. Mūsų smegenys iš esmės yra idealaus ir materialaus pasaulio sąsaja. Meditacija padeda šiai sąsajai, smegenims, geriau veikti. **Meditacija yra mokymasis valdyti protą**. Galbūt ateityje galėsime panaudoti jo mechanizmus suaugusiųjų ir vaikų dėmesio deficito hiperaktyvumo sutrikimui (ADHD) gydyti. Arba užkirsti kelią vadinamajai monotonijai – tai yra koncentracijos praradimui dirbant nuobodų, monotonišką darbą – pilotams, atliekantiems ilgus skrydžius ir sunkvežimių vairuotojų.

Kodėl meditacijos tyrimai yra tokie prieštaringi? Vieni teigia, kad tai naudinga, kiti tai neigia.

- Pirma, dėl to, kad skirtingi mokslininkai meditaciją supranta kaip visiškai skirtingas technikas. Studijų pradžioje nusprendėme, kad studijuosime tik vieną jos rūšį – vadinamąją vienos krypties koncentracijos meditaciją, taip pat kai kurias tantras technikas. Antra, anksčiau tyrime dalyvaudavo pasauliečiai ir neapmokyti gyventojai, o dabar studijuojame profesionalus – ne tik budistų vienuolius, bet geriausiai iš jų. Uždaviau Dalai Lamai daug metodinių klausimų, ginčijomės dėl pasaulio sandaros. Apie pyktį, pavyzdžiui, ar žmogui to reikia. Manau, kad tai būtina, o Dalai Lama įsitikinęs, kad bet koks veiksmas, atliktas veikiant pykčiui, gali virsti rūpesčiu kitais ir užuojauta. Kitas dalykas, dėl kurio negalime susitarti, yra tai, kad budizme tu turi būti laimingas viskuo, ką turi. Mano nuomone, tai paneigia pažangos svarbą. Dalai Lama yra nepaprastai įdomus žmogus. Bendravimas su juo mane daug ko išmokė.

Kaip galime nuraminti savo neramus protą, jei negalite rekomenduoti meditacijos?

- Tik žmogus, turintis tam tikrą valios jėgą ir susivaldymą, gali nuraminti neramus protą.

Ar jūsų kūryba yra duoklė Natalijos Petrovnos Bekhterevos paieškoms, juk šioje srityje kažkas vis dar slepiama nuo žmogaus ir mokslo?

- Be jokios abejonės. Juk ją domino viskas, kas neištirta ir iš pirmo žvilgsnio nepaaiškinama.

Ar manote, kad ji eitų su jumis pas budistų vienuolius?

- Tikrai eitų.

.....

***Sviatoslavas Medvedevas - fiziologas, fizinių ir matematikos mokslų kandidatas, biologijos mokslų daktaras, profesorius, Rusijos mokslų akademijos akademikas, Rusijos mokslų akademijos Fiziologijos mokslų skyriaus biuro narys, daug metų vadovavęs Žmogaus institutui Rusijos mokslų akademijos smegenys.**

Nuotraukose:

Budistų vienuoliai tyrėjai. Psichofiziologinių meditacijos tyrimų rezultatų aptarimas 2019 m. vasario mėn. Čia matote Žmogaus smegenų instituto tyrinėtojus. Ant sienos kabo instituto įkūrėjos Natalijos Petrovnos Bekhterevos portretas.