

BIOLOGICZNE SPRĘŻENIE ZWROTNE A WYCZYNY JOGICZNE

Nawet bez zastosowania technologii biologicznego sprzężenia zwrotnego od czasu do czasu pojawiają się poszczególne jednostki, które wykazują zdolność do kontrolowania swoich narządów wewnętrznych oraz stanów fizjologicznych. Dla przykładu w laboratoriach Menninger Foundation, Jack Schwartz, który nazywa siebie „Zachodnim Sufim^{*}”, zaprezentował swoją umiejętność przekłucia bicepsu na wylot metalowym szpikulcem i wyciągnięcia go bez oznak krwawienia, wyraźnie nie odczuwając bólu. Badania, które wykonano po pokazie, wykazały, że otwory w ramieniu powstałe na skutek przekłucia zagoiły się w znacznym stopniu, w wielu zaś przypadkach całkowicie zniknęły już w kilka dni po pokazie¹⁹. Mając na uwadze doświadczenia z kontrolowaniem wewnętrznych stanów za pomocą biologicznego sprzężenia zwrotnego, nie dziwi tak bardzo możliwość opanowania umiejętności obkurczania naczyń krwionośnych w celu zapobieżenia krwawieniu. Wszystko, czego należałoby się nauczyć, to dostrojenie się do tego poziomu świadomości, w którym wewnętrzne stany mają swoje odbicie. Uzyskuje się wtedy własne biologiczne sprzężenie zwrotne i można sprawować kontrolę nad swoimi naczynkami krwionośnymi. Innymi słowy nieświadoma kontrola może stać się świadoma, kiedy uzyskujemy dostęp do sygnałów napływających z wnętrza ciała.

* Sufi – muzułmański mistyk, wyznawca sufizmu – (ten i wszystkie pozostałe przypisy w tekście oznaczone gwiazdką pochodzą od tłumacza).

Patrząc z tej perspektywy, aura „magii” otaczająca doniesienia o niezwykłych dokonaniach joginów na polu kontroli ciała zanika, a tego typu wyczyny wydają się znacznie mniej „cudowne”. Prawdą jest, że dyscyplina jogi umożliwia nauczenie się ponownego zestrzajania wewnętrznych zakłóceń, skupiania uwagi wewnątrz ciała oraz stanie się świadomym wewnętrznych stanów, a więc, z punktu widzenia tego, co teraz już wiemy, nie byłoby zaskoczeniem, gdyby okazało się, że jogini wykazują godne uwagi zdolności do kontrolowania oddechu, pracy serca czy metabolizmu. Z perspektywy doniesień na temat biologicznego sprzężenia zwrotnego wygląda na to, że wypada spojrzeć świeżym okiem na doniesienia o jogicznych „wyczynach”.

„Zatrzymanie akcji serca” jest tym spośród jogicznych wyczynów z obszaru samokontroli, który przykuwa najczęściej uwagi. Był on badany na przestrzeni kilku dekad, począwszy od roku 1935, kiedy to francuska kardiolog Therese Brosse zabrała ze sobą do Indii elektrokardiograf i zapisała z jego pomocą wykresy EKG kilku joginów w trakcie podejmowania przez nich prób kontroli pracy serca. Jeden z opublikowanych przez nią raportów był wielce intrygujący i wzbudził znaczne zainteresowanie. Wykonała ona zapis, który wyraźnie wskazywał, iż poddany badaniu jogin całkowicie zatrzymał swoje serce.

W latach 50. pojawił się raport ze szkoły medycznej w Indiach na temat obserwacji praktyk 34-letniego jogina, który nazywał siebie Yogi Ramananda. Badanie fluoroskopowe jego serca wykazało „zanik tętna” w momencie, w którym usiłował on je „zatrzymać”. Autorzy raportu przyznali jednak, że bardziej wnikliwie badanie ukazało „bardzo nieznaczne migotanie wzdłuż krawędzi lewego wierzchołka serca”.

W roku 1961 trzech naukowcy z All India Institute of Medical Sciences w New Delhi badali czterech „joginów”, którzy twierdzili, iż potrafią zatrzymać lub spowolnić akcję swojego serca. Jeden z nich, 37-latek, który ćwiczył jogę od lat pięciu, przypadkowo odkrył metodę spowolnienia rytmu swojego serca. Poprzez przyjęcie specjalnej pozycji, którą sam opracował, był on w stanie na krótką chwilę spowolnić ilość uderzeń swojego serca do czterdziestu, pięćdziesięciu uderzeń na minutę. Momentami przerwy między poszczególnymi uderzeniami przeciągały się do trzech sekund. Inny z uczestników eksperymentu wykazał nieznaczne osłabienie pulsu i wyciszenie dźwięku serca słyszalnego w stetoskopie, lecz elektrokardiogram nie wykazał żadnych lub prawie żadnych zmian w rytmie serca.

Trzecim z badanych był Śri T. Krishnamacharia*, ten sam dżentelmen, który „zatrzymał swoje serce” w 1935 w badaniu przeprowadzonym przez dr Brosse. W owych czasach „elektrokardiogramy” wykonywane były za pomocą jednej tylko „diody” lub elektrody podłączanej do ciała. Tym razem zastosowano nowoczesny sprzęt z wieloma diodami. Starszy już dżentelmen powtórzył swoją sztuczkę. Stało się jasne, że jego serce „przesunęło” się po prostu w jamie klatki piersiowej w wyniku skurczu mięśni i że zmiana pozycji spowodowała brak zapisu w elektrodzie numer 1, tej samej która została użyta w badaniu dr Brosse. Jednak pozostałe elektrody nadal zapisywały bicie serca bez zmian. Ostatecznie wywnioskowano, że gdyby dr Brosse dysponowała nowocześniejszym sprzętem, nie zamieściłaby w swoim raporcie doniesienia o zatrzymaniu akcji serca.

Czwartym badanym w tym eksperymencie był Yogi Ramananda, którego serce wcześniej obserwowano z pomocą fluoroskopu. Tym razem wykonano elektrokardiogram, który wykazał nieznaczne jedynie i mało znaczące spowolnienie rytmu²⁰.

* Śri Trimulai Krishnamacharia (1888-1989) – jeden z pionierów i największych mistrzów współczesnej *hatha* jogi. Wielki propagator metod jogi na świecie i nauczyciel najwybitniejszych jej indyjskich przedstawicieli (m.in.: B.K.S. Iyengara oraz K.P. Joisa).