

УДК 128  
ББК 87.2  
А46

Eben Alexander

PROOF OF HEAVEN: A NEUROSURGEON'S JOURNEY INTO THE AFTERLIFE

© 2012 by Eben Alexander, M.D.

Публикуется с разрешения автора и его литературных агентов  
Ross Yoon Agency (США) при содействии  
Агентства Александра Корженевского (Россия)

**Александр, Эбен.**  
А46 Доказательство рая. Подлинная история путешествия нейрохирурга в загробный мир / Эбен Александр ; [пер. с англ. Л. Трутневой]. — Москва : Эксмо, 2018. — 208 с. — (Жизнь после жизни).

ISBN 978-5-04-095338-7

Всю свою жизнь нейрохирург Эбен Александр считал себя скептиком и материалистом. И, как и многие врачи и ученые, полагал, что наука и вера в существование Рая, Бога и души мало совместимы. Что же касается рассказов об околосмертных переживаниях и видениях Небес... это всего лишь игра большого воображения.

Все изменилось, когда доктор Александр стал жертвой смертельной болезни и сам оказался на больничной койке. Он провел в коме семь дней, и, когда врачи уже отчаялись и решили прекратить лечение, внезапно открыл глаза и пришел в себя. А потом рассказал о невероятном путешествии своей души за пределы нашего мира и встрече с божественным источником Вселенной, перевернувшей все его мировоззрение.

Сейчас доктор Александр — врач, верящий, что настоящее исцеление возможно только тогда, когда мы осознаем, что Бог и душа существуют, а смерть — не конец, а лишь переход к чему-то большему.

Его книга подарила надежду миллионам людей, жаждущих обрести смысл бытия. Она издана уже в 30 странах мира и вот уже более пяти лет является книгой №1 о жизни после смерти.

УДК 128  
ББК 87.2

ISBN 978-5-04-095338-7

© Трутнева Л., перевод на русский язык, 2018  
© Оформление. ООО Издательство «Эксмо», 2018

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ЖИЗНИ

Александр Эбен

ДОКАЗАТЕЛЬСТВО РАЯ

Подлинная история путешествия  
нейрохирурга в загробный мир

Художник С. Каратаев

Главный редактор Р. Фасхутдинов  
Ответственный редактор В. Кутырева  
Редакторы Л. Гречаник, И. Упорова  
Младший редактор Э. Фелелова  
Художественный редактор С. Власов  
Корректоры Е. Кузьмина, Л. Юсупова

В оформлении обложки использована фотография:  
© Bordeianu Andrei / Alamy Stock Photo / Legion-Media

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндiрушi: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесi, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru).

Тауар белгiсi: «Эксмо»

Интернет-магазин : [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-дүкен : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо» [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 24.08.2018. Формат 60x90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 13,0.

Тираж экз. Заказ



EKSMO.RU  
новинки издательства



ISBN 978-5-04-095338-7



9 785040 953387 >

В электронном виде книга доступна в формате EPUB и MOBI  
Купить ее можно на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

ЛитРес:  
Электронная библиотека





## СОДЕРЖАНИЕ I

Пролог .....	5
Глава 1. Боль.....	17
Глава 2. Больница.....	24
Глава 3. Из ниоткуда .....	31
Глава 4. Эбен IV.....	34
Глава 5. Другой мир.....	38
Глава 6. Якорь жизни .....	43
Глава 7. Струющаяся мелодия и шлюз .....	48
Глава 8. Израиль .....	54
Глава 9. Ядро.....	57
Глава 10. Что идет в счет .....	64
Глава 11. Вниз по спирали .....	73
Глава 12. Ядро.....	84
Глава 13. Среда .....	90
Глава 14. Особый случай клинической смерти .....	93
Глава 15. Дар забвения.....	98
Глава 16. Колодец .....	105
Глава 17. N из 1.....	107
Глава 18. Забыть и вспомнить .....	114
Глава 19. Негде спрятаться.....	116
Глава 20. Закрытие .....	121

СОДЕРЖАНИЕ

<b>Глава 21.</b> Радуга .....	124
<b>Глава 22.</b> Шесть лиц.....	127
<b>Глава 23.</b> Последняя ночь, первое утро .....	131
<b>Глава 24.</b> Возвращение.....	135
<b>Глава 25.</b> Еще не здесь .....	140
<b>Глава 26.</b> Новости расходятся.....	144
<b>Глава 27.</b> Снова дома.....	146
<b>Глава 28.</b> Ультрареальность .....	149
<b>Глава 29.</b> Распространенный опыт .....	151
<b>Глава 30.</b> Восстав из мертвых .....	158
<b>Глава 31.</b> Три лагеря.....	162
<b>Глава 32.</b> Посещение церкви .....	171
<b>Глава 33.</b> Тайна сознания .....	173
<b>Глава 34.</b> Последняя дилемма .....	188
<b>Глава 35.</b> Фотография.....	191
<b>Приложение А.</b> Заявление Скотта Вэйда, доктора медицины.....	199
<b>Приложение Б.</b> Нейробиологические гипотезы .....	201



## ПРОЛОГ I

*Человек должен полагаться  
на то, что есть, а не на то,  
чему якобы следует быть.*

**Альберт Эйнштейн**

В детстве мне часто снилось, что я летаю.

Обычно это происходило так: я стоял во дворе, глядя на звезды, и вдруг меня подхватывал ветер и уносил вверх. Оторваться от земли получалось само собой, но чем выше я поднимался, тем больше полет зависел от меня. Если я был перевозбужден, слишком полно отдавался ощущениям, то с размаху шлепался на землю. Но если мне удавалось сохранять спокойствие и хладнокровие, я взлетал все быстрее и быстрее — прямо в звездное небо.

Возможно, из этих снов и выросла моя любовь к парашютам, ракетам и самолетам — ко всему, что могло вернуть меня в заоблачный мир.

Когда мы с семьей летели куда-нибудь на самолете, я не отлипал от иллюминатора со взлета и до самой посадки. Летом 1968 года, когда мне было четырнадцать лет, я потратил все заработанные стрижкой газонов деньги на уроки по планеризму. Обучал меня парень по имени Гус Стрит, и наши занятия проходили в Струберри-Хилл, на маленьком

травяном «аэродроме» к западу от Уинстон-Сейлема — городка, в котором я вырос. До сих пор помню, как колотилось сердце, когда я тянул большую красную ручку, сбрасывал буксировочный трос, за который мой планер был привязан к самолету, и закладывал вираж к летному полю. Тогда я впервые ощутил себя по-настоящему самостоятельным и свободным. Большинство моих друзей обрело это чувство за рулем машины, но в трехстах метрах над землей оно ощущается в сто раз острее.

В 1970 году, уже в колледже, я вступил в команду клуба парашютного спорта при Университете Северной Каролины. Это было как тайное братство — группа людей, которые занимаются чем-то исключительным и волшебным. Прыгая в первый раз, я боялся до дрожи, а во второй раз мне было еще страшнее. Только на двенадцатом прыжке, когда я шагнул за дверь самолета и пролетел более трехсот метров до раскрытия парашюта (мой первый прыжок с десятисекундной задержкой), я почувствовал себя в родной стихии. К окончанию колледжа на моем счету было триста шестьдесят пять прыжков и почти четыре часа свободного падения. И хотя в 1976 году я прекратил прыгать, мне все так же — отчетливо, как наяву, — снились затяжные прыжки, и это было чудесно.

Лучшие прыжки получались ближе к вечеру, когда солнце клонилось к горизонту. Трудно описать, что я ощущал при этом: чувство близости к чему-то, что я не мог толком назвать, но чего мне всегда не хватало. И дело не в уединении — наши прыжки не имели ничего общего с одиночеством. Мы прыгали пятером, шестером, а иногда по десять или двенадцать человек одновременно, выстраивая фигуры в свободном падении. Чем больше группа и сложнее фигура, тем интереснее.

Однажды чудесным осенним днем 1975 года мы с университетской командой собрались у нашего друга в парашютном центре, чтобы отработать групповые прыжки. Хорошо потрудившись, напоследок мы выпрыгнули из «Бичкрафт D-18» на высоте трех километров и составили «снежинку» из десяти человек. Нам удалось соединиться в совершенную фигуру и пролететь так больше двух километров, в полной мере насладившись восемнадцатисекундным свободным падением в глубокой расселине между двумя высокими кучевыми облаками. Затем на высоте одного километра мы рассыпались и разошлись по своим траекториям, чтобы раскрыть парашюты.

Когда мы приземлились, уже стемнело. Однако мы второпях запрыгнули в другой самолет, быстро взлетели и сумели застать в небе последние лучи солнца, чтобы совершить второй закатный прыжок. На этот раз с нами прыгало двое новичков — это была их первая попытка поучаствовать в построении фигуры. Им предстояло присоединиться к фигуре снаружи, а не находиться в ее основании, что гораздо проще: в этом случае ваша задача — просто падать вниз, пока другие маневрируют к вам. Это был волнующий момент как для них, так и для нас, опытных парашютистов, ведь мы создавали команду, делились опытом с теми, с кем в дальнейшем могли бы составлять еще более крупные фигуры.

Я должен был последним присоединиться к шестилучевой звезде, которую мы собирались построить над взлетной полосой маленького аэропорта возле Роанок-Рapidса, Северная Каролина. Парня, который прыгал передо мной, звали Чак, и у него был немалый опыт в построении фигур в свободном падении. На высоте двух с лишним километров

мы еще купались в лучах солнца, а на земле под нами уже мигали уличные фонари. Прыгать в сумерках — это всегда потрясающе, и этот прыжок обещал стать просто прекрасным.

— Три, два, один... пошел!

Я выпал из самолета буквально через секунду после Чака, однако мне нужно было спешить, чтобы успеть поравняться с друзьями, когда они начнут выстраиваться в фигуру. Секунд семь я несся вниз головой как ракета, что позволило мне снижаться со скоростью почти сто шестьдесят километров в час и догнать остальных.

В головокружительном полете вверх ногами, почти достигнув критической скорости, я улыбался, второй раз за день любясь закатом. На подлете к остальным я планировал применить «воздушный тормоз» — матерчатые «крылья», которые тянулись у нас от запястья до бедра и резко замедляли падение, если их развернуть на высокой скорости. Я раскинул в стороны руки, распуская широченные рукава и тормозя в потоке воздуха.

Однако что-то пошло не так.

Подлетая к нашей «звезде», я увидел, что один из новичков разогнался слишком сильно. Может быть, падение между облаками испугало его — заставило вспомнить, что со скоростью шестьдесят метров в секунду он приближается к огромной планете, полускрытой сгущающейся ночной мглой. Вместо того чтобы медленно прицепиться к краю «звезды», он врезался в нее, так что она рассыпалась, и теперь пятеро моих друзей кувыркались в воздухе как попало.

Обычно в групповых затяжных прыжках на высоте в один километр фигура распадается, и все разлетаются как можно дальше друг от друга. Затем каждый дает отмашку рукой



в знак готовности раскрыть парашют, смотрит вверх, чтобы убедиться, что над ним никого нет, и только после этого дергает вытяжной трос.

Но они были слишком близко друг к другу. Парашютист оставляет за собой воздушный след с высокой турбулентностью и низким давлением. Если другой человек попадет в этот след, его скорость немедленно возрастет, и он может упасть на того, кто находится ниже. Это, в свою очередь, придаст ускорение им обоим, и они уже вдвоем могут врезаться в того, кто окажется под ними. Иными словами, именно так и происходят катастрофы.

Я изогнулся и полетел прочь от группы, чтобы не попасть в эту кувыркающуюся массу. Я маневрировал, пока не оказался прямо над «пятном» — магической точкой на земле, над которой мы должны были раскрыть свои парашюты для неспешного двухминутного спуска.

Я оглянулся и испытал облегчение — дезориентированные парашютисты отдалялись друг от друга, так что смертельно опасная куча мала понемногу рассеивалась.

Однако, к своему удивлению, я увидел, что Чак направился в мою сторону и остановился прямо подо мной. Со всей этой групповой акробатикой мы проскочили отметку в шестьсот метров быстрее, чем он рассчитывал. А может быть, он считал себя счастливым, которому не обязательно скрупулезно следовать правилам.

«Он, должно быть, не видит меня», — не успела эта мысль промелькнуть у меня в голове, как из рюкзака Чака вылетел яркий вытяжной парашют. Он поймал воздушный поток, проносящийся со скоростью почти двести километров в час, и выстрелил прямо в меня, вытягивая за собой главный купол.

С момента, как я увидел вытяжной парашют Чака, у меня оставалась буквально доля секунды, чтобы отреагировать. Потому что через мгновение я бы свалился на раскрывшийся основной купол, а затем — весьма вероятно — и на самого Чака. Если бы на такой скорости я задел его руку или ногу, я бы оторвал их напроочь. Если бы я упал прямо на него, наши тела разлетелись бы на кусочки.

Люди говорят, что в таких ситуациях время замедляется, и они правы. Мое сознание отслеживало происходящее по микросекундам, как если бы я смотрел кино в сильно замедленной съемке.




---

*Я лицом к лицу столкнулся с миром сознания, который существует абсолютно независимо от ограничений физического мозга.*

---

Как только я увидел вытяжной парашют, я прижал руки к бокам и выпрямил тело в вертикальном прыжке, слегка согнув ноги. Такое положение придало мне ускорение, а изгиб обеспечил телу горизонтальное перемещение — сначала небольшое, а затем подобное порыву ветра, подхватившего меня, как будто мое тело стало крылом. Я смог проскочить мимо Чака, прямо перед его ярким десантным парашютом.

Мы разошлись на скорости свыше двухсот сорока километров в час, или шестидесяти семи метров в секунду. Я сомневаюсь, что Чак мог разглядеть выражение моего лица, но если бы смог, то увидел бы, как я поражен. Каким-то чудом я среагировал на ситуацию за микросекунды, причем так, как вряд ли смог бы, будь у меня время на раздумья — слишком сложно рассчитать такое точное движение.

И все же... Я сумел это сделать, и мы оба нормально приземлились. Мой мозг, оказавшись в отчаянной ситуации, на миг как будто обрел суперсилу.

Как я это сделал? За время более чем двадцатилетней карьеры нейрохирурга, когда я изучал мозг, наблюдал за его работой и делал операции на нем, у меня было много возможностей исследовать этот вопрос. Но в итоге я смирился с тем, что мозг и вправду поразительное устройство — мы и представить себе не можем насколько.

Теперь я понимаю, что ответ нужно было искать гораздо глубже, но я должен был пройти через полную метаморфозу своей жизни и мировоззрения, чтобы разглядеть это. Моя книга — про события, которые изменили мои взгляды и убедили меня, что, каким бы великолепным механизмом ни был наш мозг, вовсе не он спас мне жизнь в тот день. То, что пришло в действие в миг, когда парашют Чака начал открываться, — это другая, более глубокая часть меня. Часть, которая может двигаться так стремительно, поскольку не привязана ко времени, как мозг и тело.

Фактически это она заставляла меня так тосковать по небу в детстве. Это не только самая умная часть человека, но также и самая глубокая, и все же большую часть своей взрослой жизни я не мог поверить в нее.

Но я верю сейчас, и на следующих страницах расскажу вам почему.

Я нейрохирург. В 1976 году окончил Университет Северной Каролины в Чапел-Хилл, где специализировался на химии, а в 1980 году получил звание доктора медицины в Медицинской школе Дюкского университета. Все одиннадцать лет учебы и ординатуры в многопрофильной больнице Массачусетса и в Гарварде я специализировался на нейроэндокринологии.

Эта наука изучает, как взаимодействуют между собой нервная и эндокринная системы. Два года из этих одиннадцати я исследовал патологическую реакцию кровеносных сосудов при кровотоке из аневризмы — синдром, известный как церебральный вазоспазм.

Аспирантуру по цереброваскулярной нейрохирургии я прошел в городе Ньюкасл-апон-Тайн в Великобритании, после чего пятнадцать лет проработал адъюнкт-профессором хирургии со специализацией на нейрохирургии в Медицинской школе Гарварда. За эти годы я прооперировал бесчисленное количество пациентов, многие из которых были в тяжелом и критическом состоянии.

Большую часть своей исследовательской работы я посвятил развитию высокотехнологичных процедур, таких как стереотаксическая радиохирургия — техника, которая позволяет хирургам направлять луч радиации на цель глубоко в мозге, не задевая соседние области. Я помогал развивать нейрохирургические процедуры, основанные на снимках МРТ, которые применяются при трудноизлечимых недугах — опухолях или дефектах сосудов головного мозга. За эти годы я стал автором или соавтором более ста пятидесяти статей для специализированных медицинских журналов и представлял свои разработки на более чем двухстах медицинских конференциях по всему миру.

Одним словом, я посвятил себя науке. Применять инструменты современной медицины для лечения людей, узнавать все больше о работе человеческого мозга и тела — вот что было моим жизненным призванием. Я был невыразимо счастлив оттого, что нашел его. Но не меньше работы я любил свою семью — жену и двоих славных детей, которую полагал еще одним великим благом в своей жизни. Во многих отношениях я был очень везучим человеком — и знал это.



ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ОПЫТ  
ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОД ЛЮБЯЩИМ  
ВЗГЛЯДОМ ЗАБОТЛИВОГО  
БОГА, КОТОРЫЙ СЛЕДИТ  
ЗА ВСЕЛЕННОЙ И ВСЕМ СУЩИМ,  
ЗАКЛЮЧЕННЫМ В НЕЙ.



И вот 10 ноября 2008 года, когда мне было пятьдесят четыре, отпущенная мне удача, по-видимому, закончилась. Меня поразила редкая болезнь, и я пробыл в коме семь дней. На эту неделю вся кора моего головного мозга — именно та часть, которая делает нас людьми, — отключилась. Отказала напрочь.

Когда ваш мозг перестает существовать, вас тоже не существует. Работая нейрохирургом, я слышал множество историй о людях, которые пережили удивительные приключения, обычно после остановки сердца: они путешествовали по таинственным, чудесным местам, разговаривали с умершими родственниками, даже встречались с самим Всевышним.

Поразительные вещи, никто не спорит, но все они, по моему, плод фантазии. Что вызывает эти потусторонние переживания у людей? Я не знаю, но мне известно, что все видения исходят из мозга, все сознание зависит от него. Если мозг не работает, нет и сознания.

Потому что мозг — это машина, которая вырабатывает в первую очередь сознание. Когда машина ломается, сознание останавливается. При бесконечной сложности и загадочности процессов, происходящих в мозге, вся суть его работы сводится к этому. Вытащите вилку из розетки — и телевизор замолчит. Занавес. И не важно, нравилось ли вам представление.

Примерно так я излагал бы вам суть дела до того, как отказал мой собственный мозг.

Пока я находился в коме, мой мозг не то что работал неправильно, он совсем не работал. Сейчас я полагаю, что именно поэтому кома, в которую я впал, была настолько глубокой. Во многих случаях клиническая смерть наступает,

когда сердце человека останавливается. Тогда кора мозга временно бездействует, но не испытывает большого ущерба для себя при условии, что приток крови, насыщенной кислородом, восстанавливается в течение примерно четырех минут — человеку делают искусственное дыхание, или его сердце снова начинает биться. Но в моем случае кора головного мозга была вообще не у дел. И тогда я лицом к лицу столкнулся с миром сознания, который существует абсолютно независимо от ограничений физического мозга.




---

*Я ценю свою жизнь сильнее, чем когда-либо,  
потому что теперь вижу ее в истинном свете.*

---

Мой случай — это в каком-то смысле «идеальный шторм»<sup>1</sup> клинической смерти: все обстоятельства сошлись так, что хуже некуда. Как у практикующего нейрохирурга с многолетним опытом исследований и работы в операционной у меня было больше возможностей не только оценить вероятные последствия болезни, но и проникнуть в глубинный смысл того, что со мной случилось.

Этот смысл ужасно трудно описать. Кома показала мне, что смерть тела и мозга — это не конец сознания, что человеческий опыт продолжается за гробом. А еще важнее то, что он продолжается под любящим взглядом заботливого Бога, который следит за Вселенной и всем сущим, заключенным в ней.

---

<sup>1</sup> Идеальный шторм — английский фразеологизм, означающий необычайно свирепую бурю, которая возникает из-за стечения нескольких неблагоприятных обстоятельств и вызывает особенно сильные разрушения. — *Примеч. ред.*