

Jaka jest świadomość na skraju?

Mateusz: Świadomość na skraju.

Jakiś czas temu, chyba przy okazji jakiejś dyskusji w komentarzach, nawiązywałem do osiągania skrajnych warunków, aby tam móc zachowując świadomość rozszerzać ją, a przede wszystkim zachowywać spójność.

Temat jest ciekawy, tym bardziej, że jest to trochę co innego niż doświadczenia zmienionej świadomości, wręcz chyba przeciwieństwo. Oczywiście zależy o jakie przeżycie chodzi, ale zamiast rozszczepiać się ideą jest to, aby pozostać spójny aż do końca, aż do tunelu.

Przede wszystkim to jest idea kontroli ciała, świadoma kontrola oddechu mimo agresywnej często reakcji ciała na ból, niedotlenienie oraz jakikolwiek inny dyskomfort.

Rezultaty są ciekawe, szczególnie gdy można normalnie myśleć, gdy już wzrok zanika, a człowiek czuje się jakby miał słuchawki neutralizujące na uszach. Mimo to chodzi, zachowuje równowagę i koordynację cały czas bez żadnej paniki czując jak odpływa w nieświadomość spowodowaną, nie relaksem i chęcią wejścia w sen, tylko brakiem tlenu.

Efekty w trakcie też są ciekawe, ale to już inna sprawa.

Jedną z długotrwałych ciekawostek, które zauważyłem jest to, że świadomość w stanie m.in. ... khym khym... upojenia alkoholowego 😊 nadal pozostaje tam gdzie powinna być. Nadal traci się koordynację i zdolności do myślenia, ale tym razem wrażenie moje jest takie jakby się miało drętwą kończynę zamiast być zdrętwiałą kończyną i o tym nie wiedzieć.

Świadomość boli. 😊

Chyba nie znam gorszego uczucia ciała niż zdawanie sobie sprawy, że twoje zdolności mentalne nagle zmieniają papkę bezmyśli, a zamiast ilorazu ma się iloczyn inteligencji.

To poczucie bycia pilotem coraz bardziej niesprawnego miecha, którego przyrządy pokładowe jeden po drugim wyłączają się.

Brak możliwości przypomnienia sobie czegoś, wykonania prostych działań logicznych, dedukcyjnych. Poczucie pustki i oderwania od fragmentów umysłu, których szukam w miejscach, gdzie ich nie ma.

Ból fantomowy mentalnego palca.

Tym bardziej niesamowity jest Pratchett, który z wysiłkiem tyle lat walczył z chorobą i długo pozostał sprawny.

Krzysztof: Może to subiektywne negatywne odczucie? W końcu to coś w świadomości wartościuje doznanie za złe lub dobre. Po dobrych psychodelikach (lub lżej, ale analogicznie podczas głębokiej medytacji) rozpływa się Ego... dla jednych jest to wstrząs i wpadają w panikę, inni znajdują w tym przyjemność i pozwalają działać się procesowi. Po dysocjantach podobnie może być.

Mateusz: Dlatego zaznaczyłem, że to nie chodzi o jakiekolwiek rozszczepienie. To jest raczej w kierunku otępienia.

Jeśli porównać to do jakiejś substancji to raczej przy neuroleptykach coś podobnego występuje.

Oczywiście, że coś ze świadomości wartościuje, no ale jeśli celem jest zachowanie świadomości to też nie dziwne, że to występuje.

Przyznam, że odnosząc się do realnej sytuacji z ciałem nie wyobrażam sobie, żeby w momencie jak zacznę czuć niedowład kończyny „pozwolić się działać procesowi”.

Stąd właśnie na końcu porównanie do choroby Alzheimerera.

Krzysztof: Ja tego problemu nie rozstrzygam, ale dalej się zastanawiam czy to nie interpretacja jednak. Przykładowo paraliż senny dla mnie jest przyjemny, choć to drętwienie całego ciała. Można nawet ból medytować i go nie oceniać (po dużej ilości psychodelików jest to łatwe w miarę, ale nie wiem

na ile to przez substancje). Jeszcze taki swój chory sen przytoczę. Bardzo świadomy, ale jednak myślałem, że to prawda (nie wiedziałem, że śnię). Ktoś mnie napadł i poderżnął gardło □ byłem w pełni świadom, że zostało mi góra kilkanaście sekund życia, że zaraz się wykrwawię i powoli odpłynę w nieświadomość... stwierdziłem, że trudno, nic już nie zmienię. W jakieś 2 sekundy doszedłem do wniosku, że szkoda tracić czas na użalanie się czy coś i najlepiej pomedytować... leżałem na plecach i czułem przez kolejne kilka sekund jak ciepła krew spływa po szyi... wydało mi się to nawet przyjemne, świadomość zaczęła odpływać... obudziłem się. Spokojny, bez przyśpieszonego tętna czy lęku itp. jak po koszmarach. Jeszcze potem trochę kontemplowałem ten sen i poszedłem spać. Oczywiście to tylko sen. Co innego, gdy brak powietrza pobudza naturalne atawistyczne odruchy obronne organizmu i zapewne nie jest to przyjemne, bo organizm podnosi alarm, walczy potencjalnie o życie. Tylko pytanie czy mimo to można takowy dyskomfort „przebić” i skupić resztki świadomości w medytacji?

Krzysztof: Może niektórzy kojarzą... mnich podpalił się na znak protestu przeciw okupacji Tybetu przez Chiny. Wyglądał jak by sobie medytował na łączce nad wodospadem... a płonął przez kilkanaście sekund i nawet nie drgnął.

Mateusz: Walka o tlen, o życie i pozostawanie w świadomości nawet wtedy gdy tunel się zamyka to jest to co napisałem w pierwszej części...

„Dobra śmierć”, gdy do ostatniego momentu masz pełną świadomość i w pewnym momencie akceptujesz i godzisz się na to, że „to teraz”...

Nie o to mi chodzi, widać nie mam możliwości, aby to wytłumaczyć, a w tym momencie nie chce mi się już siłować. Tak, każdy dyskomfort można jak ja to nazywam „przebić”.

Na tym wiele ćwiczeń polega, też szamańskich. No, ale nie ważne.

Krzysztof: Jak znajdziesz siłę to wyjaśnij, jestem ciekaw o jakim stanie piszesz. Przypominam sobie jak po przemedytowaniu się miałem koszmar, byłem niby świadomy, ale otępiały, nie panowałem nad wieloma rzeczami, jakaś agresja i strach przejęły kontrolę w moim sennym awatarze i demoniczne sceny się rozgrywały, ale jedynie przez moje zachowanie w śnie, którego nie kontrolowałem i nie mogłem z tego otępienia wejść ani zmienić stanu świadomości. Znam stany, gdzie nawet nie pamięta się, że można zmienić stan świadomości i medytować, bo pamięć ucieka i co chwila się zapomina, gdzie się jest i poczucie zagubienia i chaosu może przytłoczyć... w wielu takich stanach otępienie mnie przerastało i odruchy motania się w takich stanach i sobie z wieloma nie radzę. Pytanie jest czysto teoretyczne... czy naprawdę myślisz, że nie ma szans by w takich stanach ktoś umiał po prostu zachować spokój i obserwować? Ja nie potrafię, ale czy jakiś oświecony dałby sobie z tym radę, czy jest to permanentnie nie do ogarnięcia?

Mateusz: Nie chodzi tutaj o spokój. Powiem więcej, mam wrażenie, że spokój w takim stanie to jest najgorsza rzecz jaką można zrobić.

Nie chodzi o pustkę, pustka jest dobra, pustka łączy. Pustka jest wszystkim i z pustki idzie wszystko.

Chodzi o stan, w którym czujesz jak zamieniasz się w skałę i z każdym oddechem jakakolwiek energia z ciebie ulatuje.

Nie, nie życie. Po prostu opadasz w stagnację tak ciężką, że z każdą chwilą nawet nie musisz się z nią godzić. Po prostu zapominasz się z nią nie godzić.

Chyba najbardziej adekwatne porównanie jest zamarzanie (choć skamielanie byłoby lepsze, ale nie przypominam sobie czegoś takiego w świecie realnym :))

Tylko, że chodzi o umysł.

Dalszym porównaniem do ciała jest moment, gdy zaczynasz się moczyć w nocy, popuszczać w spodnie. Nie panujesz nad swoimi mięśniami. Ręka zaczyna Ci mimowolnie drżeć, gdy połykasz wodę czujesz się jakbyś walczył o życie.

Tylko, że to wszystko dzieje się w umyśle.

Mógłbym starać się dalej rozwinąć obraz, ale jak dla mnie to wtórne. To wystarczy.

To o co mi chodziło w oryginalnym poście to to, że w momencie ćwiczenia faktycznie zachowania świadomości nawet w skrajnych warunkach, zachowania też spokoju itp. przenosi się to na zachowanie świadomości swojego ciała.

Wtedy nie tylko jesteś otępiały, ale czujesz się jak w pełni świadome stworzenie w środku otępiałego, rozpadającego się pojemnika.

Jak w pułapce.

Norbert: Trzeba uważać żeby się nie wysłać przypadkiem na inny plan... przy hiperwentylacji można się odciąć, a tak samo hipowentylacja i klątwa odyny... choroba jeszcze nie zbadana do końca... a tak ściślej to chodzi o spokój w sytuacji intuicyjnego zachowania się organizmu w ekstremalnej sytuacji czy o świadomą obserwację, bo nie wiem czy załapałem konsensus... ☐

Mateusz: Hiperwentylacja jest niebezpieczna sama w sobie, a nawet przy jakichś dziwnych oddychaniach typu holotropowe (nie próbowałem jeszcze normalnych warsztatów niestety) chodzi o to, aby nie dopuścić do niej tylko trzymać się na skraju jakby.

Taka cyberpunktowa jazda na krawędzi. 😊

Tylko jak jedziesz na krawędzi masz faktycznie świadomość cały czas. Trochę jak wchodzenie świadome w sen.

Żeby zachować świadomą obserwację w ekstremalnej sytuacji

jakaś część, ta głęboka, musi zachować spokój.

Jak zachowujesz spokój to możesz podjąć decyzję.

Nawet jeśli tą decyzją jest niezachowanie spokoju 😊 lub poddanie się czemuś.

Z resztą oddychania różnego typu trochę mają co innego na celu niż to co ja robiłem. Bo mi się nie chce robić rzeczy „just to get high”. ☐

Wpis pochodzi z grupy wyjątkowych osób zajmujących się poszerzaniem świadomości.

Spodobało się? Udostępnij znajomym, niech świadomość się poszerza <3 <3 <3



AMAZONA

TAK, TO DOBRY WYBÓR.



ODKRYJ DARY DŻUNGLI

KLIKNIJ