

TRANSPERSONALNA PSIHOLOGIJA

BEZ GRANICE

NIVOI SVESNOSTI U ISTOČNOJ I ZAPADNOJ TRADICIJI

KEN VILBER



baBun

Beograd

2011.

Naslov originala:
No Boundary - Ken Wilber

© Copyright originala
SHAMBHALA PUBLICATIONS, INC.
Horticultural Hall
300 Massachusetts Avenue
Boston, Massachusetts 02115
www.shambhala.com

© Copyright za Srbiju
BABUN, Beograd
Sva prava objavljivanja za Srbiju zadržava izdavač.

Preveo
Dragan Paripović
Lektura
Ana Bešlić, Olja Mičković Nikolić

Štampa
Lukaštampa, Beograd
Tiraž: 300

Drugo izdanje
Beograd 2011.

ISBN 978-86-83737-04-8

Sadržaj

<i>Predgovor milenijumskom izdanju</i>	vii
1. Uvod: Ko sam ja?.....	11
2. Jedna polovina.....	27
3. Teritorija bez granica.....	43
4. Svest bez granica.....	57
5. Bezgranični trenutak.....	73
6. Množenje granica.....	85
7. Nivo persone.....	97
8. Nivo kentaura.....	117
9. Sopstvo u transcendentnom.....	135
10. Krajnje stanje svesti.....	153
<i>Indeks</i>	175

*Posvećeno
Džeku Kritendenu,
najboljem učeniku,
najboljem učitelju,
najboljem prijatelju*

Predgovor milenijumskom izdanju

Mada je „Bez granice„ druga knjiga koju sam napisao, pre nekih tridesetak godina, ona je još uvek jedna od mojih najpopularnijih knjiga. Razlog za to je, verujem, jednostavan: „Bez granice“ je jedna od prvih knjiga u kojoj je prikazan „čitav spektar“ ljudskih potencijala, koji se pružaju od materije do tela do uma do duše do duha, povezujući tako ono najbolje od psihologije sa najboljim od duhovnosti. Pružajući istančan opis istočnjačkih i zapadnjačkih pristupa ljudskom rastu i razvoju, ona nudi mapu celovitog spektra svesti koji se kreće od nesvesnog preko samo-svesnog do nadsvesnog, od predličnog preko ličnog do nadličnog, od instinkta preko ega do Boga. A uz to pruža i obilje konkretnih vežbi koje čitaoca upućuju kako da dostigne svako od navedenih viših stanja svesti. Celovitost prikaza čini ovu knjigu prilično jedinstvenom, i ja verujem da je to razlog zbog kojeg uvek nailazi na oduševljeni prijem čitalačke publike.

Godine koje su protekle otkako sam napisao „Bez granice“ još više su me uverile da je poruka knjige i dalje čvrsta i verodostojna. Ljudska bića uistinu raspolažu čudesnim spektrom svesti, veličanstvenom dugom neobičnih mogućnosti i sposobnosti, a ovi potencijali zaista se kreću od materije do tela do uma do duše do duha. Pojedinci mogu da rastu i razvijaju se u čitavom tom spektru, doživljavajući neposredno

svaki od ovih „nivoa“ ili duginih „boja“, što se okončava neposrednim iskustvom samog duha. Različite psihološke i duhovne prakse - od kojih će mnoge biti predstavljene na stranicama ove knjige - pomažu nam da neposredno doživimo različite nivoe ili talase našeg bića. Prema tome, kombinovano korišćenje ovih praksi može nam pomoći da postanemo u potpunosti svesni svake boje na dugi našeg bića, svakog nivoa naše svesti u čitavom spektru, te prema tome svoje istinske prirode i stanja - što je iskustvo poznato kao „prosvetljenje“, „izbavljenje“ ili „veliko oslobođenje“.

„Bez granice“ je popularna verzija prvog dela koje sam napisao, obimne i pomalo akademske knjige naslovljene „Spektar svesti“ (*The Spectrum of Consciousness*). Ove dve knjige činiće temelj skoro svih dvadeset knjiga koje su potom usledile. Kasnije sam, razume se, mnoge ideje pojasnio i utanačio, ali suštinske stvari - kao što je sam spektar svesti - još uvek su iste kao što su predstavljene ovde, i to je verovatno još jedan od razloga zbog kojih je ova knjiga zadržala popularnost. Ukoliko vam se dopadne „Bez granice“ i poželite da vidite dalju razradu ovih ideja, možete se upustiti u pregledanje mog najnovijeg dela „Teorija svega: celovit pogled na posao, politiku, nauku i duhovnost“ (*The Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science, and Spirituality*).

U međuvremenu, osnovna poruka ove knjige je upravo ono što sam naziv kaže: vaša osnovna svest - i sam identitet - nema granice. Vaš osnovni identitet obuhvata čitav spektar svesti, od materije do tela do uma do duše do duha, te prema tome u najdubljem, odnosno najvišem delu svog bića, vi obuhvatate Sve. Ono što sledi je jednostavan vodič kroz neobičnu teritoriju vašeg sopstvenog istinskog bezličnog Sopstva.

1

Uvod: Ko sam ja?

IZNENADA, BEZ IKAKVOG UPOZORENJA, bilo gde i bilo kad, bez očiglednog razloga, to se može dogoditi:

„Najednom se nađoh obavijen vatreno crvenim oblakom. U magnovenju pomislih na vatru, na veliki požar koji je možda buknuo u tom velikom gradu; zatim sam spoznao da je vatra u meni. Neposredno potom obuzelo me je osećanje pobedničkog zanosa, nemejljive radosti kome se pridružilo, ili mu je neposredno sledilo, prosvetljenje uma koje je nemoguće opisati. Između ostalog, ne samo da sam poverovao, nego sam i uvideo da univerzum nije sačinjen od nežive tvari nego naprotiv, od živog Prisustva. Postao sam u sebi svestan večnog života. To nije bilo ubeđenje da mi sleduje večni život, nego svest da posedujem večni život. Video sam da su svi ljudi besmrtni; da je, bez ikakve sumnje, kosmičko ustrojstvo takvo da sve stvari deluju združeno za dobrobit svih i svega. Da je osnovno načelo ovoga sveta, svih svetova, ono što nazivamo ljubav, i da je, najposle, blagostanje svih nas i svega postojećeg apsolutna izvesnost.“ (R.M. Bak)

Kakvo veličanstveno iskustvo! Zacelo bismo načinili ozbiljnu grešku ako bismo požurili da zaključimo kako takvo iskustvo mora biti halucinacija ili posledica umne poremećenosti, jer, kao što se vidi iz njegovog krajnjeg ishoda, ono nema ničeg zajedničkog sa razdirućom patnjom i bolom psihotičnih vizija.

„Prašina i kamenje ulice behu dragoceni poput zlata, a kapije su izgledale kao završeci sveta. Zeleni listovi, kada sam ih ugledao kroz jednu od kapija, zaneli su me i ushitili... Dečaci i devojčice koji su skakutali po ulici i igrali se, behu poput pokretnih dragulja. Nije mi izgledalo da su rođeni i da moraju umreti. Sve stvari bile su večne, na svom pravom mestu. U svetlosti dana večnost je postala očigledna...“ (Trahern)

Vilijam Džejms, pionir američke psihologije, stalno je naglašavao kako je „naša normalna budna svest samo jedna od vrsta svesnosti, dok oko nje, odeljeni tankim koprenama, leže potencijalni oblici potpuno drugačije svesnosti“. Izgleda kao da je naša svakodnevna svest samo beznačajno ostrvo, čije obale neprekidno zapljuskuju talasi bezmernog okeana neslućene i neznane svesnosti, sve dok ga, sasvim spontano, ne preplave saznanjem o ogromnom novom području, jednom potpuno neistraženom, ali i te kako stvarnom svetu.

„A onda su usledili trenuci tako snažnog ushićenja, kao da je čitava vasseljena zastala, zaprepašćena neizrecivom lepotom događaja. Sam u čitavoj beskonačnoj vasioni! Sveljubeći, Savršeni... U istom divnom trenutku koji bi se mogao opisati kao vrhunsko blaženstvo, dogodilo se prosvetljenje. Preda mnom je poigravala živa unutrašnja vizija komešanja atoma i molekula, od kojih se, čini se, svemir sastoji - ne znam da li su bili materijalni ili duhovni - dok je kosmos (u svom neprekidnom večnom životu) prelazio iz jednog u drugi poredak. Kakva radost me je obuzela kada sam opazio da se taj lanac nigde ne prekida - da nijedna karika ne izostaje - sve je na svom mestu i u svom vremenu. Svetovi, sistemi, sve se mešalo u skladnoj celini.“

Ono što najviše očarava u ovako zadivljujućem i prosvetljujućem iskustvu - nešto čemu ćemo posvetiti punu pažnju - je to što pojedinac doživljava, bez tračka sumnje, da je u osnovi jedno sa čitavom vasseljenom, sa svim njenim svetovima, uzvišenim i običnim, svetim i profanim. *Osećaj identiteta* širi se preko uskih granica uma i tela da

bi obuhvatio svekoliki univerzum. Upravo stoga R.M. Buk naziva ovo stanje svesti „kosmička svest“. Muslimani to nazivaju „vrhovni identitet“ - vrhovni, jer se radi o istovetnosti sa Svim. Mi ćemo ga uglavnom nazivati „jedinствена svest“ - ljubavni zagrljaj sa univerzumom kao celinom.

„Ulice su bile moje, kao i hram, i ljudi oko mene. Nebesa su bila moja, a tako i sunce, mesec i zvezde, i svi svetovi, a ja jedini posmatrač i uživatelj u prizoru. Nesvestan grubih poseda, ograničenja i razdora; ali svi ti posedi i podele behu moji, sva blaga i njihovi vlasnici. I tako, mada nekada bejah zaglušen grdnom bukom i naviknut na prljave izume ovog sveta, sada moram da zaboravim sve i ponovo postanem kao dete, koje sme da kroči u božije carstvo.“ (Trahern)

Ovakvo iskustvo vrhovnog identiteta je tako rasprostranjeno da je, zajedno sa učenjima koja nastoje da ga objasne, zaslužilo i naziv „perenijalna filozofija“. Postoji mnoštvo dokaza da se ovaj tip iskustva ili znanja nalazi u središtu svih velikih religija, hinduizma, budizma, taoizma, hrišćanstva, islama i judaizma - tako da se opravdano može govoriti o „transcendentnom jedinstvu religija“ i nenarušivom skladu praiskonske istine.

Cilj ove knjige je da pokaže kako je ova vrsta svesnosti, jedinstvena svest ili vrhovni identitet, prirodno stanje svih osećajnih bića, iako mi uporno nastojimo da ograničimo naš svet, okrećući se od svoje istinske prirode da bi prigrlili ograničenja. Naša prvobitno čista i nepodeljena svest tako deluje na više različitih ravni, sa različitim identitetima i ograničenjima. Ove različite ravni su u stvari različiti načini na koje možemo odgovoriti i odgovaramo na pitanje: „Ko sam ja?“

„Ko sam ja?“ Pitanje koje je verovatno mučilo čovečanstvo još od samog osvita civilizacije i koje je do dana-današnjeg ostalo najteže od svih ljudskih pitanja. Ponudeni odgovori kretali su se od svetih do profanih, od složenih do jednostavnih, od naučnih do romantičnih, od političkih do individualnih. Ali, umesto da ispituјemo mnoštvo odgovora na ovo pitanje, hajde da bacimo pogled na veoma poseban, suštinski proces koji se zbiva kada se osoba zapita, i potom pokuša da

odgovori na pitanja, „Ko sam ja“, „Šta je moje istinsko sopstvo?“, „Koji je moj osnovni identitet?“

Kada vas neko upita, „Ko si ti?“, i vi pokušate da mu pružite razuman, iskren i manje više opširan odgovor, šta, u stvari, vi činite? Šta se odvija u vašoj glavi dok se time bavite? U prvom redu vi opisujete sebe u meri u kojoj ste sami sebi poznati, a u taj opis ulazi većina važnih činjenica, i dobrih i loših, vrednih i bezvrednih, naučnih i poetičnih, filozofskih i religioznih, koje ste usvojili kao bitne za vaš identitet. Možete, na primer, pomisliti: „Ja sam jedinstvena osoba, biće obdareno određenim sposobnostima; ja sam mio, drag, ali ponekad i grub, ljubazan, ali ponekad i namrgođen; ja sam otac i advokat, ja uživam u ribolovu i igranju basketbola...“ I tako se nastavlja lista vaših osećanja i misli.

Ipak, u pozadini čitavog postupka uspostavljanja identiteta odvija se jedna, reklo bi se još bitnija radnja. Kada odgovarate na pitanje, „Ko sam ja?“, u stvari se događa nešto veoma jednostavno. Kada opisujete, objašnjavate ili čak iznutra doživljavate svoje „ja“, vi zapravo crtate, svesno ili nesvesno, mentalnu liniju ili granicu oko svog polja iskustva, pa sve ono što je *unutar* te granice doživljavate kao „ja“ ili ga tako nazivate, dok sve što je *izvan* nje doživljavate kao „ne-ja“. Vaš identitet, drugim rečima, u potpunosti zavisi od toga gde ćete povući tu graničnu liniju.

Vi ste ljudsko biće, a ne stolica, i to vam je poznato zato što svesno ili nesvesno povlačite liniju razgraničenja između ljudi i stolica, i shodno tome ste u stanju da prepoznate svoj identitet kao ljudski. Možda ste uz to i veoma visok čovek, za razliku od nekog ko je nižeg rasta, ali vi na taj način povlačite mentalnu granicu između visokog i niskog, i tako poistovećujete sebe sa „visokim“. Dolazite do saznanja „ja sam ovo, a ne ono“ opisujući liniju razgraničenja između „ovoga“ i „onoga“ i tako prepoznajete svoju istovetnost sa „ovim“, odnosno neistovetnost sa „onim“.

Prema tome, kada kažete „ja“, vi povlačite liniju razgraničenja između onoga što jeste i onoga što niste. Kada odgovarate na pitanje „Ko sam ja?“, vi jednostavno opisujete ono što je unutar te granice. Takozvana kriza identiteta javlja se onda kada ne možete da odlučite

kako ili gde da povučete liniju. Ukratko, pitanje „Ko si ti?“, u stvari znači, „Gde postavljate granicu?“

Svi odgovori na pitanje, „Ko sam ja?“, nepogrešivo proizlaze iz osnovnog postupka povlačenja linije razgraničenja između sopstva i nesopstva. Kada se glavne granične linije jednom iscrtaju, odgovori na to pitanje mogu dobiti veoma složenu dimenziju - naučnu, teološku, ekonomsku - ili mogu ostati na veoma prostom i nerazvijenom stupnju. Ali, bilo koji mogući odgovor zavisi od prvog povlačenja granične linije.

Najzanimljivija stvar u vezi s granicom jeste da se ona može menjati i da do toga veoma često dolazi. Ona se može ponovo povući. U izvesnom smislu, osoba može načiniti novu mapu svoje duše i u njoj pronaći područja za koje nikad nije slutila da postoje, da su uopšte dostupna ili poželjna. Kao što smo videli, do najkorenitije promene mape, odnosno prekrajanja granica dolazi prilikom iskustva vrhovnog identiteta, jer tada osoba proširuje granice svog identiteta do te mere da u njega uključuje čitav univerzum. Čak možemo reći da se ovde granice sasvim gube, jer kada je osoba poistovećena sa „skladnom celinom“, više ne postoji spoljašnje i unutrašnje, te tako nema ni gde da se povuče linija razgraničenja.

U ovoj knjizi ponovo ćemo se vraćati na pitanje bezgranične svesti poznate kao vrhovni identitet; međutim, na ovoj tački bilo bi korisno istražiti neke druge, poznatije načine opisivanja granica duše. Različitih tipova granica ima koliko i pojedinaca koji ih povlače, ali svi oni se mogu podvesti pod nekoliko lako prepoznatljivih vrsta.

Najčešća granična linija koju ljudi povlače ili prihvataju kao pravovaljanu jeste granica kože koja okružuje celokupan organizam. Izgleda da je to je opšte prihvaćena linija razgraničenja između ja i ne-ja. Sve što je unutar kože je u izvesnom smislu „ja“, dok je sve izvan te granice „ne-ja“. Ponešto izvan granice kože može biti „moje“, ali to nisam „ja“. Na primer, ja prepoznajem „moj“ auto, „moj“ posao, „moju“ kuću, „moju“ porodicu, ali oni nisu definitivno „ja“, barem ne tako neposredno kao što su stvari unutar moje kože „ja“. Prema tome, granica kože je opšte prihvaćena granica između ja i ne-ja.

Neko će možda pomisliti kako je granica kože tako očigledna, do te mere stvarna i uvrežena da za čoveka nije moguća nijedna druga granica, izuzev možda, u retkim slučajevima, jedinstvene svesti s jedne, i beznadežne psihoze s druge strane. Ali, u stvari postoji još jedan krajnje uobičajen vid dobro utvrđene linije razgraničenja koju povlači veliki broj ljudi. Jer, iako većina ljudi prepoznaje i bez oklevanja prihvata kožu kao granicu između ja i ne-ja, ona povlači još jednu, za njih čak i značajniju granicu *unutar* samog organizma.

Ako vam linija razgraničenja *unutar* organizma izgleda neobično, dopustite mi da vam postavim pitanje: „Da li osećate da *ste* telo, ili da *imate* telo?” Većina ljudi doživljava da *ima* telo, da ga poseduje kao što poseduje auto, kuću ili neki drugi predmet. Pod takvim okolnostima, izgleda da telo nije toliko „ja“, koliko „moje“, a ono što je „moje“, po definiciji, počiva *izvan* granice postavljene između ja i ne-ja. Osoba se najčvršće i najprisnije poistovećuje sa jednim površinskim delom sveukupnog organizma, a taj deo, za koji ona oseća da je njeno pravo sopstvo, poznat je kao um, psiha, ego, ličnost.

Biološki gledano, nema ni najmanje osnova za razjedinjenost ili duboki razdor između uma i tela, psihe i some, ega i mesa, ali na psihološkom planu ona je generalno prisutna. U stvari, razdor između tela i uma je neizbežan pratilac zapadne civilizacije. Uočite da sam čak i ovde, gde se radi o studiji celokupnog ljudskog ponašanja, morao da pribegnem izrazu „psihologija“. A sama ta reč je odraz predrasude da je ljudsko biće u osnovi um, a ne telo. Čak i Franjo Asiški je nazivao svoje telo „jadnim bratom-magarcem“, a većina nas zaista oseća kako na neki način jaše na telu, kao što se jaše na magarcu.

Ova linija razgraničenja između uma i tela zacelo je veoma čudnovata jer ni u kom slučaju nije prisutna prilikom rođenja. Ali, čim čovek malo sazri, i krene da povlači i utvrđuje granicu između ja i ne-ja, on na telo počinje da gleda sa pomešanim osećanjima. Da li da ga podvede pod ja, ili da ga posmatra kao stranu teritoriju? Gde da povuče liniju? S jedne strane, telo je izvor mnogih životnih zadovoljstava, telesnim čulima možemo primiti vrhunske doživljaje - zanos erotske ljubavi, ukus izvrsne hrane, lepotu sunčevog zalaska. Ali sa

druge strane, telo je stanište čitavog spektra bolnih tegoba, iscrpljujućih bolesti, pa i patnji prouzrokovanih rakom. Za dete je telo jedini izvor zadovoljstva, a ujedno i prvi izvor bola i sukoba sa roditeljima. Povrh svega, činjenica da telo proizvodi otpadne materije, iz razloga koji detetu nisu jasni, neprekidni je izvor roditeljske panike i nerveze. Mokrenje u krevet, kakenje, curenje nosa - kakva galama ni oko čega! I sve to u vezi sa tim telom. Gde povući liniju kasnije će postati teško pitanje.

Ali, kada osoba dostigne punu zrelost, ona se uglavnom već rastala od jadnog magarećeg brata. Kada se granica između ja i ne-ja na kraju povuče, brat magarac se definitivno nađe s druge strane ograde. Telo postaje tuđa zemlja, strano skoro (ali nikad sasvim) kao i sam spoljašnji svet. Povučena je granica između uma i tela, i osoba je nepogrešivo poistovećena sa ovim prvim. Štaviše, ona oseća kako živi u svojoj glavi, nalik na nekakvog patuljka u lobanji, izdajući naredbe i uputstva svom telu, kojima se ono može, ali ne mora povernovati.

Ukratko, ono što osoba oseća kao svoj identitet *ne* okružuje neposredno organizam kao celinu, već samo deo tog organizma, naime, ego. To znači da se ona poistovećuje sa manje ili više tačnom mentalnom slikom-*o-sebi*, skupa sa intelektualnim i emocionalnim procesima povezanim sa tom slikom. Pošto neće da se konkretno poistoveti sa čitavim organizmom, najviše što će dopustiti jeste slika ili predstava o čitavom organizmu. Tako će osećati da je „ego“, a da njeno telo samo trčkara pod njom. Ovde, dakle, vidimo još jedan od osnovnih tipova granične linije, gde je identitet osobe prvenstveno vezan za ego, za sliku-*o-sebi*.

Kao što možemo videti, ja/ne-ja granica može biti prilično elastična. Stoga ne iznenađuje što se unutar ega ili uma - u ovom trenutku koristim ove termine u veoma širokom smislu - može javiti još jedna vrsta granične linije. Iz različitih razloga, o kojima ćemo raspravljati kasnije, osoba može da odbije da prizna kako su neki od aspekata njene sopstvene psihe - *njeni*. Rečeno psihološkim žargonom, ona ih otuđuje, potiskuje, otcepljuje ili ih projektuje u spoljašnji svet. Poenta je u tome što ona time sužava svoju ja/ne-ja granicu na

samo neke delove svojih egoističnih težnji. Ovu suženu sliku o sebi zvaćemo persona, a njeno značenje postaće mnogo jasnije u kasnijem izlaganju. Ali, pošto se osoba poistovećuje samo sa površinskim delovima svoje psihe (sa personom), ona ostatak svoje psihe doživljava kao „ne-sopstvo”, stranu zemlju, nešto tuđe, što u njoj izaziva zazor. Osoba ponovo iscrtava mapu svoje duše da bi porekla i pokušala da odstrani iz svesti neželjene delove sebe (ove neželjene delove nazivamo „senka“). U manjem ili većem obimu, osoba postaje „bez-umna“. Ovo, sasvim očigledno, predstavlja još jedan od osnovnih i opštih tipova granice.

U ovoj tački nećemo nastojati da odredimo koja od navedenih mapa je „ispravna“, „tačna“, odnosno „istinita“. Mi naprosto primećujemo, na jedan nepristrasan način, da postoji nekoliko glavnih tipova ja/ne-ja graničnih linija. A, kako ovoj temi pristupamo bez procenjivanja, možemo spomenuti još jednu vrstu granične linije koja danas izaziva mnogo pažnje, a to je ona koja je povezana sa takozvanim transpersonalnim fenomenima.

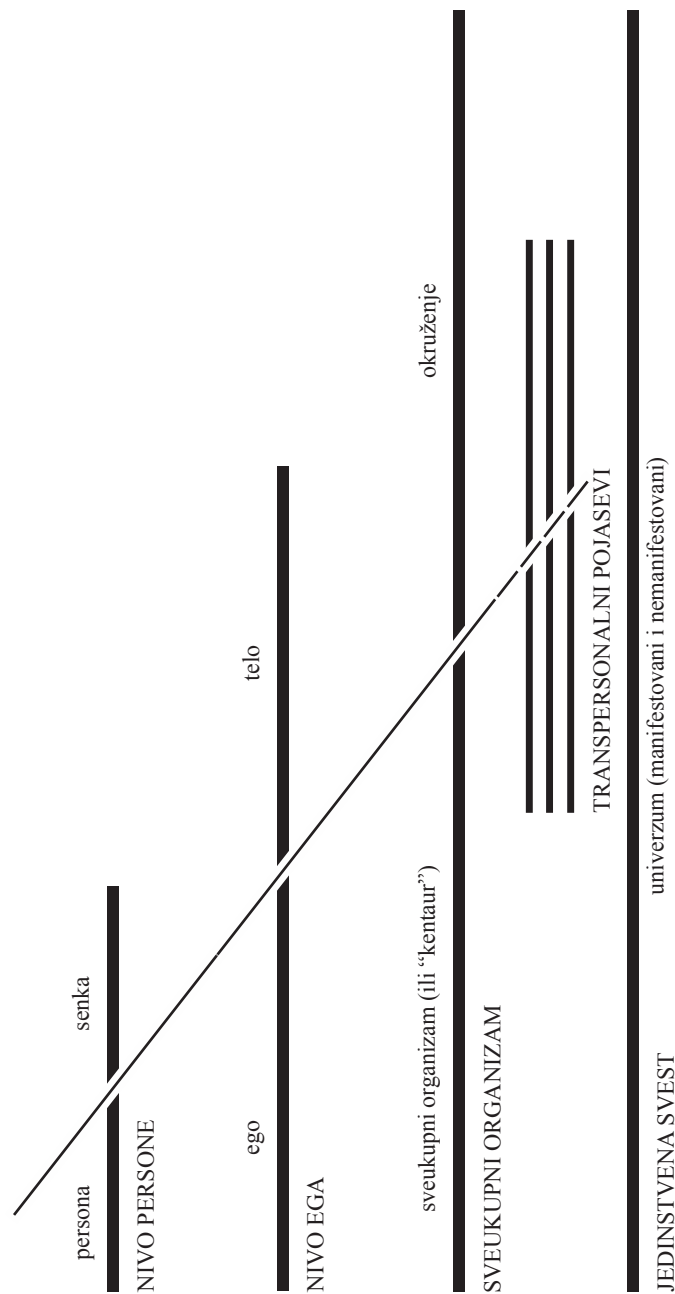
„Transpersonalan“ je pojam koji označava neki proces koji se događa, odvija u pojedincu a koji, u izvesnom smislu, seže *iznad* individualnog. Najjednostavniji primer za ovo jeste vančulna percepcija. Parapsiholozi prepoznaju nekoliko oblika vančulne percepcije: telepatiju, jasnoviđenje, prekogniciju, i retrokogniciju. Ovde takođe možemo uvrstiti i vantelesna iskustva, iskustva transpersonalnog selfa ili svedoka, vrhunska iskustva, itd. Zajedničko za ovakva događanja jeste širenje ja/ne-ja granice preko granice kože. Mada su transpersonalna iskustva unekoliko slična iskustvu jedinstvene svesti, ove dve vrste iskustava ne treba mešati. Kod iskustva jedinstvene svesti ono sa čime se osoba poistovećuje je Sve, što u sebi sve sadrži. Kod transpersonalnih iskustava, identitet osobe se ne proširuje do spajanja sa Celinom, ali se širi, ili u najmanju ruku produžava izvan granice kože. Osoba se, doduše, ne poistovećuje sa Svim, ali njen identitet nije više vezan samo za njen organizam. Šta god bi se moglo pomisliti o transpersonalnim iskustvima (o mnogima od njih ćemo raspravljati opširnije u knjizi), na raspolaganju imamo obilje dokaza da barem neki od njihovih oblika zaista postoje. Prema tome, možemo sa sigurnošću

zaključiti kako ovi fenomeni predstavljaju još jednu vrstu graničnih linija našeg ja.

Poenta ove rasprave o ja/ne-ja granicama jeste da ne postoji samo jedan, nego mnoštvo *nivoa identiteta* kojima individua raspolaže. Ovi nivoi identiteta nisu samo teorijski postulati već opažljive realnosti - možete se i sami uveriti da postoje u vama. Što se tiče ovih različitih nivoa, ta poznata, a ipak krajnje tajnovita pojava, koju nazivamo svesnost, bezmalo je nalik na spektar, na nešto poput duge, sačinjene od brojnih slojeva, odnosno nivoa identiteta. Možete zapaziti da smo ukratko opisali pet vrsta ili nivoa identiteta. Postoje, naravno, i varijacije ovih pet glavnih nivoa, a oni se mogu dalje deliti, ali se ipak čini da ovih pet nivoa predstavljaju osnovne vidove ljudske svesnosti.

Hajde da uzmemo osnovne nivoe identiteta i dovedemo ih u red. Ovakvo spektralno uređenje predstavljeno je na slici 1. (strana 20.) koja pokazuje ja/ne-ja liniju razgraničenja i glavne nivoe identiteta koje smo spomenuli. Svaki određeni nivo proizlazi iz određenih „mesta“ sa kojih ljudi mogu povući granicu i povlače je. Zapazite kako razgraničavajuća linija počinje da se prekida pri dnu spektra (sl. 1), u području koje nazivamo transpersonalnim, a na nivou jedinstvene svesti sasvim nestaje, jer na tom krajnjem nivou ja i ne-ja postaju „skladna celina“.

Očigledno je da svaki sledeći nivo spektra predstavlja neku vrstu sužavanja ili ograničavanja onoga što osoba oseća kao svoje „sopstvo“, svoj identitet, svoj odgovor na pitanje „Ko si ti?“ U osnovi spektra, osoba oseća da je jedno sa univerzumom, da njeno istinsko sopstvo nije samo njen organizam već celokupna kreacija. Na sledećem nivou spektra (ili „krećući se spektrom naviše“), osoba oseća da nije jedno sa Svim, već je pre jedno sa organizmom u celini. Njen osećaj identiteta se pomera i sužava od univerzuma kao celine na jedan njegov aspekt, to jest, na njen sopstveni organizam. Na sledećem nivou, njen identitet se ponovo sužava, ona se sada uglavnom poistovećuje sa svojim umom ili egom, što je samo aspekt njenog celokupnog organizma. I, na poslednjem nivou spektra, ona čak može da suzi svoj identitet samo na um, otuđujući i potiskujući svoju senku, odnosno neželjene



Slika 1. Spektar svesti

delove psihe. Ona se poistovećuje samo sa jednim delom svoje psihe, delom koji nazivamo persona.

Dakle, od univerzuma do aspekta univerzuma nazvanog „organizam“; od organizma do aspekta organizma zvanog „ego“; od ega do aspekta ega zvanog „persona“ - to su neke od glavnih traka spektra svesti. Sa svakim sledećim nivoom spektra, ima sve više i više vidova univerzuma koje osoba doživljava kao *spoljašnje* u odnosu na sopstvo. Tako, na nivou celokupnog organizma, okolina izgleda kao nešto što je izvan, strano, spoljašnje i kao ne-ja. Ali na nivou persone, ne samo okruženje osobe, već *i* njeno telo *i* vidovi njene vlastite psihe deluju spoljašnje, strano, kao ne-ja.

Različiti nivoi spektra prikazuju razlike ne samo u osećaju sopstva, što je samo po sebi itekako važno, nego i u onim karakteristikama koje su neposredno ili posredno povezane sa osećajem sopstva. Razmislite, na primer, o uobičajenom problemu „unutrašnjeg konflikta“. Očigledno je da, pošto postoje različiti nivoi sopstva, postoje i različiti nivoi unutrašnjeg konflikta. Razlog je to što je na svakom nivou spektra linija razgraničenja osobe povučena na drugačiji način. Ali, *granična linija*, kao što bi to neki vojni stručnjak rekao, jeste takođe i potencijalna *borbena linija*, pošto linija razgraničenja deli teritorije dva suprotstavljena i potencijalno zaraćena tabora. Tako će, na primer, neka osoba na nivou celokupnog organizma, nalaziti mogućeg neprijatelja u svojoj okolini - pošto joj se ona čini stranom, spoljašnjom, i stoga pretećom po njen život i blagostanje. Ali, osoba na nivou ega nalazi da nije samo okolina neprijateljska teritorija, već je to i njeno sopstveno telo, te je stoga priroda njenih nemira i konflikata dramatično različita. Ona je pomerila graničnu liniju svog sopstva, te tako pomerila i borbenu liniju svojih konflikata i ličnih ratova. Otuda je i njeno telo prešlo na stranu neprijatelja.

Ova borbena linija može postati veoma izražena na nivou persone, jer ovde osoba povlači graničnu liniju između delova sopstvene psihe, pa sada imamo borbenu liniju između osobe kao persone *i* njenog okruženja *i* njenog tela *i* delova njenog sopstvenog uma.

Poenta je u tome da, kada osoba povlači granice svoje duše, u njoj istovremeno otpočinje duševna borba. Granice nečijeg identiteta određuju koje aspekte treba shvatiti kao „ne-ja“. Prema tome, na svakom nivou spektra, različiti aspekti sveta pojavljuju se kao ne-ja, kao tuđi i strani. Svaki pojedini nivo doživljava različite procese u univerzumu kao sebi *strane*. I zbog toga što, kao što je Frojd jednom primetio, svaki stranac izgleda kao neprijatelj, svaki nivo je zaokupljen različitim konfliktima sa različitim neprijateljima. Upamtite, svaka linija razgraničenja je ujedno i borbena linija - a neprijatelj je na svakom nivou drugačiji. Psihološkim žargonom rečeno, različiti „simptomi“ potiču sa različitih nivoa.

Činjenica da različiti nivoi spektra poseduju različite karakteristike, simptome i potencijale, dovodi nas do jedne od najzanimljivijih tačaka ovog izlaganja. Danas smo svedoci neverovatnog širenja i rasta interesovanja za sve vrste škola i tehnika koje se bave različitim aspektima svesti. Ljudi se okupljaju oko psihoterapije, jungovske analize, misticizma, psihosinteze, zena, transakcione analize, rolfinga, hinduizma, bioenergetike, psihoanalize, joge i geštalta. Ono što ove škole imaju zajedničko, na ovaj ili onaj način, jeste da sve pokušavaju da izazovu promene u ljudskoj svesti. Međutim, tu svaka sličnost prestaje.

Osoba koja je iskreno zainteresovana da uveća znanje o sebi suočena je sa do te mere zbunjujućim mnoštvom psiholoških i religioznih sistema da teško može da odluči gde da započne, kome da pokloni poverenje. Čak i ako pažljivo izuči sve glavne škole psihologije i religije verovatno će posle toga biti isto toliko zbunjena kao što je bila na početku, jer različite škole, u celini uzevši, jedna drugoj definitivno protivreče. Na primer, u zen budizmu se sledbeniku preporučuje da zaboravi, prozre ili prevaziđe sopstveni ego; ali u psihoanalizi, osoba se podstiče da osnaži, učvrsti i dobro utvrdi sopstveni ego. Ko je u pravu? Ovo je zaista ozbiljno pitanje, kako za zainteresovanog početnika tako i za profesionalnog terapeuta. Tako mnogo različitih i sukobljenih škola, a sve imaju za cilj da ista osoba dođe do razumevanja sebe. Imaju li, zaista?

To jest, da li sve ciljaju prema *istom nivou* svesti? Ili će pre biti da se ovi različiti pristupi u stvari odnose na različite nivoe sopstva? Možda ovi različiti pristupi, daleko od toga da su u konfliktu ili kontradiktorni, zapravo reflektuju veoma stvarne razlike među različitim nivoima spektra svesti? Možda su *svi* ovi različiti pristupi manje ili više ispravni u odnosu na osnovni nivo koji zastupaju?

Ako je ovo istina, to nam dopušta da u znatnoj meri zavedemo red i koherentnost u ovo inače izluđujuće zamršeno polje. Time bi postalo jasno da sve te različite škole psihologije i religije nisu međusobno kontradiktorne u svom pristupu individui i njenim problemima, već su pre komplementarne u svome pristupu različitim nivoima individue. Sa ovim razumevanjem, široko polje psihologije i religije deli se na pet ili šest vodećih grupa, sa kojima je već moguće nositi se, pri čemu postaje jasno da svaka od njih uglavnom cilja samo na jedan od osnovnih pojaseva spektra.

Prema tome, da damo samo nekoliko veoma kratkih i uopštenih primera, cilj psihoanalize i većine pravaca konvencionalne psihoterapije jeste lečenje dubokog razdora između svesnih i nesvesnih delova psihe kako bi osoba stupila u dodir sa „celim svojim umom“. Ove terapije imaju za cilj da ponovo ujedine personu i senku i stvore jak i zdrav ego, odnosno jednu ispravnu i prihvatljivu sliku o sebi. Drugim rečima, sve one su orijentisane na nivo ega. One nastoje da pomognu pojedincu koji živi kao persona da ponovo iscrta mapu sopstva, sada kao ego.

Još dublje od ovoga, cilj većine takozvanih humanističkih terapija je ukidanje razdora između ega i tela, ponovno ujedinjavanje psihe i some kako bi se organizam ispoljio u celosti. Zato se humanistička psihologija - nazvana Trećom Silom (druge dve glavne sile u psihologiji su psihoanaliza i bihejviorizam) - takođe naziva pokret za ljudske potencijale. Širenjem čovekovog identiteta preko granica uma ili ega do svekupnog organizma-kao-celine, ogromni potencijali čitavog organizma se oslobađaju i stavljaju se čoveku na raspolaganje.

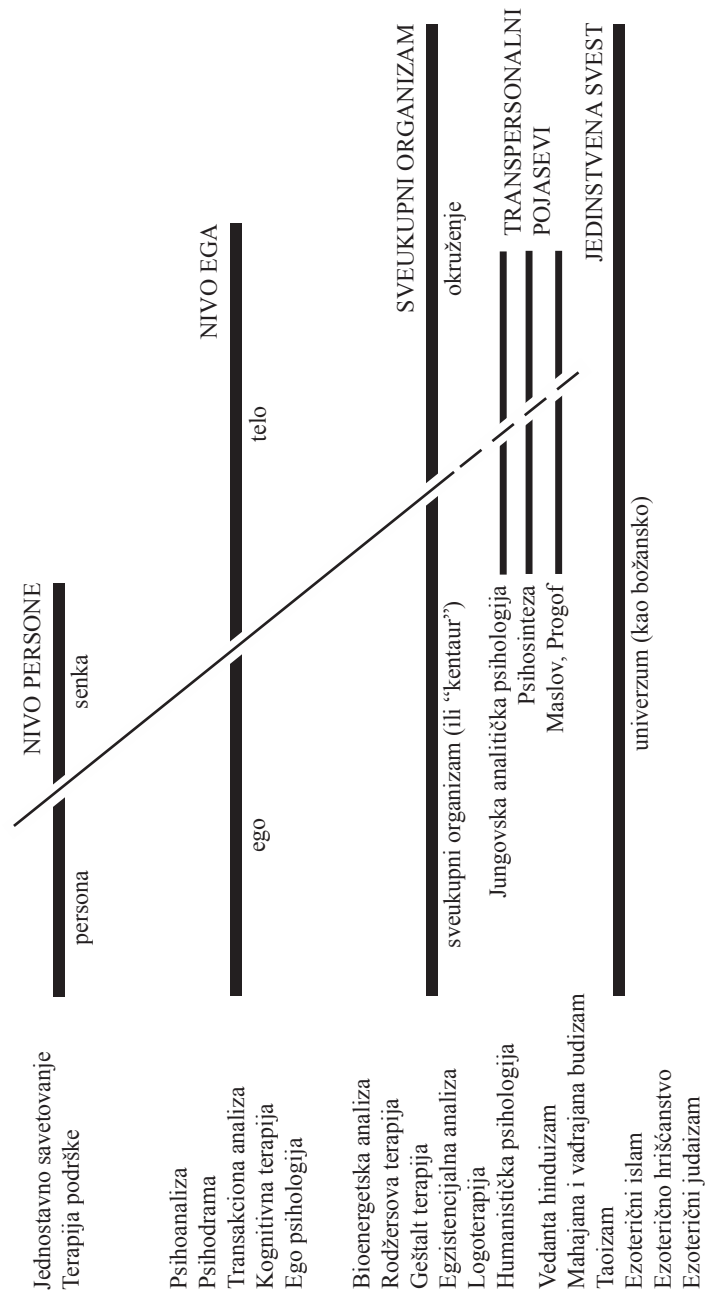
Zalazeći još dublje, nalazimo da je cilj disciplina kao što su zen budizam ili vedanta hinduizam, zaceljenje razdora između sveukupnog organizma i okoline da bi se otkrio krajnji identitet, naime, vrhunsko

poistovećenje sa celokupnim univerzumom. Drugim rečima, ove discipline teže nivou jedinstvene svesti. Ali, ne smemo zaboraviti da između nivoa jedinstvene svesti i nivoa sveukupnog organizma počivaju transpersonalni pojasevi spektra. Terapije koje se bave ovim nivoom duboko su zaokupljene onim procesima u čoveku koji su zapravo „naindividualni“ ili „kolektivni“ ili „transpersonalni“. Neke od njih pozivaju se na „transpersonalno sopstvo“, i mada ovo transpersonalno sopstvo nije isto što i Sve (to bi bila jedinstvena svest), ono ipak prevazilazi granice individualnog organizma. Među terapijama koje ciljaju na ovaj nivo su psihosinteza, jungovska analiza, raznorazne uvodne vežbe joge, tehnike transcendentalne meditacije, i tako dalje.

Sve ovo je, naravno, veoma pojednostavljena verzija stvari, ali ona ipak objašnjava opšti način na koji se većina glavnih škola psihologije, psihoterapije i religije obraća različitim osnovnim nivoima spektra. Neke od ovih korespondenci prikazane su na slici 2, gde su imena osnovnih „terapijskih“ škola navedena uz nivo spektra prema kome u osnovi ciljaju. Ovo valja napomenuti zbog toga što se, kao i kod svakog spektra, ovi nivoi donekle prepliću, i zato nije moguće u potpunosti razlučiti nivoe ili terapije koje se na njih odnose. Dalje, kada „klasifikujem“ neku terapiju prema nivou spektra na kome deluje, to se odnosi na najdublji nivo koji ta terapija prepoznaje, eksplicitno ili implicitno. Uopšteno govoreći, videćete da terapija bilo kog od datih nivoa prepoznaje i prihvata kao mogućnost postojanje svih nivoa iznad svog, ali poriče postojanje onih ispod nje.

Kako se osoba (laik ili terapeut) bude upoznavala sa spektrom - njegovim različitim nivoima sa različitim potencijalima i problemima - biće sve sposobnija da pravilno orijentiše sebe i svog klijenta na putovanju čiji je cilj lični razvoj i razumevanje sebe. Moći će spremnije da prepozna sa kojih nivoa trenutni problemi ili konflikti izviru, i tako za bilo koji konflikt primeni odgovarajući „terapijski“ postupak koji odgovara tom nivou. Takođe će moći da prepozna sa kojim potencijalima i nivoima želi da stupi u dodir, kao i koji postupci su najprikladniji da ubrzaju njen razvoj.

Razvoj u osnovi znači uvećavanje i širenje čovekovih vidika, njegovih granica, prema spolja i u dubinu njegove unutrašnjosti. Ali, to je



Slika 2. Terapije i nivoi spektra