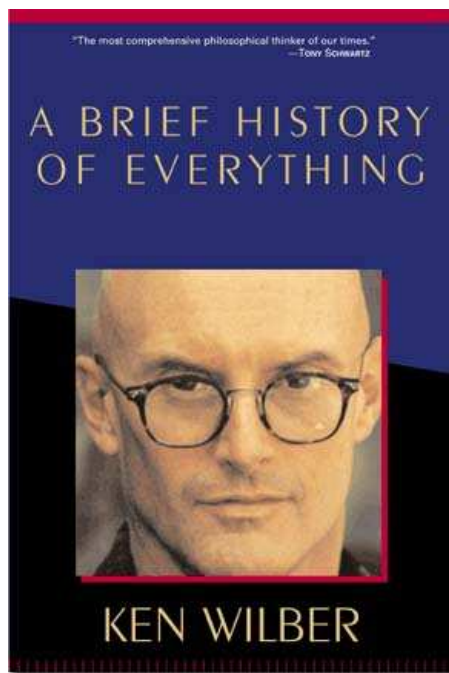


KEN WILBER: MINDENNEK A RÖVID TÖRTÉNETE

(A BRIEF HISTORY OF EVERYTHING)

Vázlatos gyorsfordítás



Készítette:
Gánti Bence
1999

A képen az amerikai kiadás borítója, s Ken Wilber fotója látható.
A könyv hazánkban 2003-ban jelent meg, „A Működő Szellem rövid története” címmel,
az Európa kiadónál.

TARTALOMJEGYZÉK

TARTALOMJEGYZÉK	1
-----------------------	---

NÉHÁNY (ÉLŐ)SZÓ E MAGYAR NYELVŰ VÁLTOZATRÓL ÉS WILBERRŐL	3
--	---

<i>Miért Wilber és miért most? – és a fordító személyes motivációi</i>	3
<i>A keresés és az "égető szükség" – további személyes motivációk, avagy üzenet az útitársaknak</i>	4
<i>Az integrál pszichológia kora – a helyzet állása most, 2007-ben</i>	6
<i>A könyvről</i>	9
<i>A fordításról</i>	9
<i>A könyv témáinak logikai íve</i>	9

BEVEZETŐ.....	11
---------------	----

I. RÉSZ: A SZELLEM MUNKÁLKODÁSA	13
---------------------------------------	----

1. Fejezet: A dolgokat összekötő közös mintázatok.....	13
<i>A Kozmosz</i>	13
<i>A 20 alapelv – a dolgokat összekötő közös mintázatok</i>	14
2. Fejezet: A titokzatos impulzus	17
<i>Mélység és kiterjedés</i>	17
<i>A tudat spektrumai</i>	20
3. Fejezet: Mindez nagyon is emberi	22
<i>Vadászó-gyűjtögetők</i>	22
<i>A növénytermesztők</i>	22
<i>Agrártársadalmak</i>	22
<i>Ipari társadalmak</i>	23
4. Fejezet: A nagy posztmodern forradalom.....	24
<i>A posztmodern vízváltató</i>	24
<i>A holnap határán</i>	25
<i>Transzcendencia és elfojtás</i>	26
5. Fejezet: A Kozmosz négy sarka	27
<i>A négy kvadráns</i>	27
6. Fejezet: Isten két keze.....	33
<i>Hermeneutika</i>	35
<i>Spirituális értelmezés</i>	35
7. Fejezet: A kozmoszra hangolódva.....	37
8. Fejezet: A Jó, az Igaz és a Szép.....	40
<i>A Nagy Hármás a spirituális szinteken</i>	42

II. RÉSZ: A SZELLEM MUNKÁLKODÁSÁNAK TOVÁBBI FEJLEMÉNYEI	44
---	----

9. Fejezet: A tudat evolúciója.....	44
<i>A létra fokai</i>	45
<i>A mászó</i>	46

<i>Patológiák</i>	47
<i>A spirituális kibontakozás szakaszai</i>	47
<i>Freud és Buddha</i>	49
10. Fejezet: Útban a globalitás felé – 1. rész.....	53
<i>Az újszülött kor</i>	53
11. Fejezet: Útban a globalitás fele – 2. rész.....	60
<i>Diverzitás és multikulturalizmus</i>	62
<i>A transzperszonalitás határához érve</i>	64
12. fejezet: A szupertudat területei – 1. Rész.....	66
<i>A transzperszonális szakaszok</i>	66
<i>Mélyökológia és ökofeminizmus</i>	70
<i>Az enneagram és az alapvető váz</i>	70
13. Fejezet: A szupertudat területei – 2. rész.....	76
<i>A tiszta jelenlét közvetlensége</i>	79
<i>Megvilágosodás</i>	79
III. RÉSZ: A LAPOS-VILÁG	82
14. Fejezet: Aszcendens és Deszcendens.....	82
<i>A Nagy Holarchia</i>	83
<i>Evilági versus másvilági</i>	83
<i>Bölcsesség és együttérzés</i>	84
<i>A két különböző isten</i>	84
15. Fejezet: A Kozmosz összeomlása.....	86
16. fejezet: Az ego és az öko.....	88
<i>Az ego és az elfojtás</i>	89
<i>Az öko tábor – ismét a világ bűvöletében</i>	89
17. Fejezet: A deszcendensek uralma.....	92
<i>Evolúció: a Nagy Holarchia kibontakozása az időben</i>	92
<i>Az Internet</i>	95
<i>A Gaia vallás</i>	95
18. Fejezet: Isten kicsomagol.....	97
<i>A bal-felső eltúlzása: a szupermen-szelf</i>	97
<i>A jobb-alsó túlzása: A csodálatos Nagy-Háló, a Gaia-szelf</i>	99
<i>Túl a posztmodern elmén</i>	101
<i>A világ átalakulása és a kulturális szakadék</i>	102
<i>Környezeti etika</i>	104
<i>Az alapvető morális intuíció</i>	107
<i>Búcsú a Lapos-világtól</i>	108
1. FÜGGELÉK: A létramodell, alapábra	110
2. FÜGGELÉK: Ken Wilber könyvei és hozzá kapcsolódó anyagok	111
3. FÜGGELÉK: Wilberrel kapcsolatos honlapok	114

NÉHÁNY (ÉLŐ)SZÓ E MAGYAR NYELVŰ VÁLTOZATRÓL ÉS WILBERRŐL

Ebben az elő-részben néhány szót írok Wilberről és a könyvről, továbbá leírom, miért tartottam fontosnak, hogy e könyvet lefordítsam, és kézre adjam.

Miért Wilber és miért most? – és a fordító személyes motivációi

Pszichológia szakos egyetemi hallgatóként találkoztam Wilber könyveivel, és úgy éreztem, nonszensz, hogy itthon még szinte senki nem ismeri azt, amit Wilber hozott a világnak. Úgy éreztem, erre az összegző és továbbléptető munkára vár a világ már sok-sok éve, ennek hozzáférhetőnek kell lennie itthon is. Nem csodálkoztam, mikor megtudtam, hogy Wilber két éve megjelent könyvét eddig több mint harminc nyelvre fordították le, a '77-es könyvének (amit 23 évesen írt) pedig nemrég volt a huszadik kiadása, továbbá hogy Amerikában nemzetközi Wilber konferenciákat rendeznek. Magam is ilyen jelentős fordulópontnak tekintem Wilber munkáit az emberiség történelmében, hisz most egy evolúciós fordulóponton áll a világunk, ahol vagy elbukunk, vagy továbblépünk egy magasabb evolúciós szintre fejlődve. Épp e fordulópontra adja azt a zűrzavart, ami ma a világban van – a zűrzavar nemcsak a gazdasági/politikai/ökológiai/lelki/szellemi válságra vonatkozik, hanem arra is, ahogyan ezt meg akarjuk oldani. Legtöbbször válságmegoldási javaslatként valamely kedvenc elméletünkkel, irányukkal, szemléleti megközelítésünkkel, javaslatunkkal rukkolnak elő, amelyhez képest a nem-az-amit-én-javaslok-világmegváltásként dolgokat kritizálják, vagy elavultnak tekintik.

Wilber egy "meta-man",¹ azaz olyan, aki nem egy elhatárolt elméletet, megközelítést hangoztat, nem pártol egy területre, hanem mindent áttekint, és a mögöttes közös lényegre vonja ki, és írja le: fogja magát, éveken át böngészi a filozófia, teológia, különféle tudományok, pszichológia, nyelvészet, komputerprogramozás, biokémia, kozmológia, evolúció témaköreit, a spirituális, ezoterikus tradíciók ismereteit, és nem utolsósorban a mostani évek kiutkereső, a globális krízisre megoldást kínáló mozgalmait. Többször oldalnyi papírral tapétázza ki maga körül a szobáját, számtalan egymásra utalással és keresztivatközéssel. Füstöl az agya, és úgy érzi, feladja. Azon gondolkodik, hogyan publikálja ezt a rengeteg ismeretet és összefüggést, mígnem úgy dönt, hogy inkább kivonja a lényegre, és azt maga írja. Így megalkotja a minden dolog közös kivonatolt lényegét képező rendszert, a tömören mindent magába foglaló összegzést, szintézist és integrációt. Kitért karjai között keblére öleli nyugat és kelet tudását, a tudomány és a miszticizmus tanításait, régi korok és a ma bölcsességét, egyik oldalra sem pártra állva, sőt úgy véli, hogy a mai globális válság megoldásához és a kollektív transzformációhoz se a tudomány és a nyugat vívmányai, se a hagyományos meditációs utak művelése nem elegendő önmagában, hanem mindezek

¹ A meta-men-ek a mai nyugat érték/spirituális-identitás krízises keresői. Keresik a spiritualitást, a tiszta értékeket, de úgy érzik, nem képesek elpártolni egyetlen csoporthoz, szellemi úthoz, valláshoz úgy, hogy a többről nem vesznek tudomást, mivel legtöbbször egyenlőnek tűnik, sőt feltűnő a sok hasonlóság és a közös vonás. Így hát elkezdik sorban megismerni a szellemi utakat, tradíciókat, szimbólumrendszereket – mivel nyugaton a nagy szellemi szabadság és eszme-egyenlőség miatt ma minden könnyen hozzáférhető –, és felfedezik a mögöttes közös mondanivalót, a mögöttes, azaz "meta"-szinteket. A saját tudati meg tapasztalásaik leírására ráismernek a különféle szimbólumnyelvekben, így "hátról" látják a közös mondanivalót. Aztán jönnek a Meta-Menek, akik a meta-menek összegzéseit összegzik.

integrálása szükséges. Az integráció – ez az írás – maga a kitárt karok és a kebel, ami pártra állás nélkül mindent elfogad, és magához ölel, de nem eklektikus "örömködés"-sel, hanem precíz, józan kritikus hozzáállással, és ha kell szókimondó, éles kritikával. Nem felejt el kimutatni a nyugati világunk árnyoldalai és szokásos "szidandó területei" mellett azokat a vívmányait, amelyeket létrehozott, és amelyek beintegrálendő evolúciós adalékok a következő korba való átmenet folyamatában. A meditációs gyakorlatok, az önismeret és a szellemi elmélyülés önmagunkban lassan (újra) alapvetővé válik nyugaton is. Nem felejt el Wilber kimutatni a meditációs és spirituális ösvények és gyakorlatok tárgyalásánál – maga is húsz éve gyakorolja a Zen meditációt –, hogy mik a "fállás" hátrányai annak, ha csak a spirituális tradíciókkal és csak belső tudatfejlődésünkkel foglalkozunk, vagy ha a megoldást csak kívül keressük.

A keresés és az "égető szükség" – további személyes motivációk, avagy üzenet az útitársaknak...

Néhány mély, spirituális megtapasztalást volt szerencsém átélni. Hamar beláttam, hogy milyen fejlődési magasságok előtt állok én és mindenki, aki még nincs ott, és nem is tud minderről (barátaim, szüleim, rokonaim, és az emberek nagy része, akit csak az utcán látok). Természetes, hogy keresni kezdtem a felemelkedés, fejlődés útját-módját. Úgy találtam, hogy ahol élek, nyugaton nincs meg ennek a kidolgozott útja-módja, ami van az a nyugati misztikus tradíciók, vagy a keleti spirituális tradíciók átvétele és művelésének próbálása itthon. Magán mesterek és tradíció központok vannak itthon is. Azonban pl. amikor nyugati közegben tibeti gyakorlatokat végzek, akkor vagy elvonulok, és kizárom a tudatomból, hogy körülöttem egy más kultúra van (és akkor jól működik), vagy állandóan küszködöm a kulturális szakadék érzésével, hogy amit csinálok az habár a legmagasabb helyre visz, mégis a legtöbben hülyének néznek érte, bizalmatlankodnak, félnek, ferdén néznek. Hangsúlyozom, ez az én egyéni tapasztalatom, és néhány útitársamé, akit látok magam körül. Nem jelentem ki, hogy mindez minden esetben így van, nem tudom. Az lett a benyomásom, hogy a saját életemben és sok társaméban *nem teljesen* működnek a hagyományok eredeti formájukban, mert hiányzik hozzá az eredeti kulturális közeg. Tibetben pl. nemcsak a meditáció és a spirituális tanítások, hanem a házak formája, színe, a nyelv szavai, a ruházkodás, minden, minden ugyanarról szól: a tudat fejlődéséről, a magasabb állapotokba jutás útjáról, a végső valóság, a szeretet, a bölcsesség, az emberiség, Isten, Szellem megvalósításáról. Nem is beszélve arról, hogy ott a gyakorlókat, jógikat, szerzeteseket szentként tisztelik. Itthon semmi sem szól erről, sőt nemcsak hogy nem szent a gyakorló, a jógi, hanem naplopó, aki "hülyeségekkel" foglalkozik, ahelyett, hogy pénzt keresne. Itthon az épületek, utcák, plakátok, közlekedés, ruházkodás, szabadidő, mozi, nyelvhasználat stb., tehát az egész kultúra beledrótva az eszközökbe és a fizikai környezetünkbe mind, mind egységesen *nem-arról* szólnak, hanem az alsó három csokról: szex, hatalom, agresszió, státusz, élelem, ruházkodás, biztonság, félelem, agresszió, egyéni vagy családi túlélés, haszon, önzés, versengés stb. Ez mind természetes, hogy van (innen indulunk, ezek a létezés alsóbb szintje), ez mind OKÉ, a baj nem ez, hanem az, hogy *csak ez* van, és töményen csak ez van, nincs más, nincs túllépés ezeken. Még csak választási lehetősége sincs az utca emberének, hisz nem találkozik a magasabb / tisztább / felsőbb dolgokkal, hermetikusan lezárt álom-színházban él, melynek szereplői a többi alvó-társ, díszletei pedig az utcán látható tárgyak, gondolatai a kulturális sémák ismételtetése. Nyilvánvalóvá vált számomra, hogy a szellemi, belső út járása nem független a kontextustól, a kultúrától, ami körbe vesz. Vagy elvonulok egy tibeti kolostorba, vagy megtalálom, az új utat itt nyugaton. Akkor hogy lehet nyugaton szellemi utat járnunk? Nem akarom elhinni, hogy azért

mert nyugatra születtem a huszadik században, el van zárva előlem a megvilágosodás lehetősége. Az a benyomásom, hogy nemcsak én, hanem nagyon sok ember érezzük, hogy nem működnek a más kultúrákból átvett tradíciók ebben a kultúrában, vagy csak azok nem, viszont tanulva azokból meg kell találnunk az új utat, ahol integrálódik, amit itt tudunk, és amit onnan tanulunk, ami sem egyik, sem a másik, hanem valami új mód. Égető szükségünk van ennek az új módnak a megtalálására. Most úgy látom, hogy az önismereti pszichoterápia (nem találok rá egyelőre jobb szót) és a spiritualitás házasságából születik az új út. Sok olyan szellemi gyakorló emberrel találkoztam az elmúlt hónapokban, pl. buddhista közösségekben, jóga közösségekben, ezoterikus csoportokon stb., akikről azt éreztem, hogy hozzám hasonlóan tele vannak problémákkal, feldolgozatlan sérelmekkel, elfojtásokkal, ön-őszintétlenségekkel, zavaros emberi kapcsolatokkal, bizonytalanságokkal, és spirituális útra lépéssel akarnak mindentől "megszabadulni", mintha az mindezt lemaszokolná, elfedné, megmentene mindentől, mint az "oroszkölni mosdás helyett". Hogy őszinte legyek, majdnem csak ilyen emberekkel találkoztam, de szerencsére csak majdnem (megintcsak hangsúlyozom, hogy ez csak az én egyéni tapasztalatom). Elkerültem azok körébe is, akik először is direkt önismereti munkába kezdenek, rendbe teszik magukat, mert úgy látják, hogy amíg ez nincs meg, addig nem tudnak nyitni a mélyebb, őszintébb valóságok felé. Azóta úgy gondolom, ha – a spirituális felébredés értelmében – Istenné akarok válni, akkor előtte józan, normális, melegszívű, érett, integrált emberré kell válnom, ezt nem hagyhatom ki. Hál' istennek az elmúlt húsz-harminc évben megszületett, és alakul ez a házasság, amit a spiritualitással foglalkozó pszichológusok, terapeuták körében találtam meg kb. a transzperszonális pszichológia néven (illetve 2000-től már a wilber rendszerre épülve, a transzperszonális pszichológiából kinőtt új irányként, integrál pszichológia néven – *utólagos komment, 2007.*). A gyakorlatban mind a transzperszonális, mind az integrál pszichológia ma alakul, még nincs kiforrott hagyománya.

A transzperszonális és integrál pszichológiában gyakorlatilag arról van szó, hogy ismerve a megvilágosodás tradicionális útjait, elméleti és gyakorlati aspektusait, integrálják bele az előtte levő normális, érett, önmegvalósított, kiteljesedett emberré válás fázisát is, tehát önismereti terápiával felkészítenek, hogy a magasabb szintekre léphessünk. Ez azt jelenti, hogy tudatosítjuk az elnyomott, önmagunk előtt eltitkolt én-részeinket, szembenézünk önmagunkkal, és integráljuk a szanaszét levő részeinket. Ezáltal kapcsolatainkban rendben vagyunk, beilleszkedünk a saját kultúránkba, társadalmunkba, hasznos szerepet tudunk vállalni az embertársaink között stb., és ekkor állunk készen az olyan magasabb beavatásokra, amelyek "nemcsak" egy-egy megvilágosodás élményt jelentenek, hanem önmagunk, tudatunk, identitásunk teljes áthelyezését egy magasabb szintre. Nem egy ilyen emberrel találkoztam már itthon és külföldön is. Ha úgy fogjuk fel az embert, mint rétegeket, ahol legkívül a test van, egyre beljebb/mögöttebb/fentebb (ezek szinonimák) pedig a lélek egyre finomodó szintjei, végül pedig a Szellem, vagy Isten, Valódi Önmagunk, vagy a Tudat Igaz Természete (ezek is szinonimák), akkor a külsőbb rétegekkel foglalkozik a pszichológia, önismeret, terápia, a belsőbbekkel, a mögöttesekkel pedig a spiritualitás. Miért ne használnánk akkor minden rétegben az annak megfelelő kidolgozott legügyesebb módszereket? Nyugaton a társadalmi berendezkedésünkből kifolyólag ma mindenki eleve "szoft" neurotikus (ezt tekintjük normál tudatállapotnak), ezért érdemes a külső rétegeket is helyretenni, majd beljebb hatolunk, amihez a keletiek és a nyugati misztikusok szuper módszereket dolgoztak ki évezredek óta. És hál' istennek élő mesterektől lehet tanulni, még élnek az évezredek hagyományok, és hatnak. Nyugaton nagyszerű módszerek vannak a külső rétegekre (ami az utca embere számára is gyakran igen mély és misztikus már – pl. a tudatalatti területei), melyekre keleten sokkal kevesebb hangsúlyt fektettek, mert ott nem volt rá annyira szükség. Ott a harmonikus, mélyen spirituális, hierarchikus kultúra elintézte a külső rétegek egészségét, integráltságát – egyszerűen ott volt az embereknek stabil, integrált identitása, azaz

nem voltak neurotikusok (Indiában a kasztrendszer, vagy a tibeti szerzetesrendekben egy adott funkció stb.). Persze nyugaton is különféle módokon, pl. transztechnikával vagy droggal át lehet süvíteni a külsőbb rétegeken, és gyorsan be lehet lépni a magasabb szintekre, de pár óra és ismét visszazippantanak minket a biztonságos, jól betréningezett külső rétegeink, és a megszokott, beszűkült tudatállapotban vagyunk ismét. A tartós, maradéktalan átlépést a magasabb szintekre, az onnan való létezést csak úgy tudjuk megtenni, ha előtte érett, integrált öntudatos személyiséggé válunk. Más szóval mondva az egot (énállapotaink rendszerét, karakterünket) úgy tudjuk *meghaladni* (meghaladni és nem leküzdeni, vagy kiírtani!), ha van érett, összeszedett, tudatos, azaz integrált egonk, azaz ha előbb gatyába rázzuk magunkat. Akkor tesszük ezt meg, ha az úgy-ahogy kialakult, hétköznapi, csapongó, sérelmekkel teli, azokat nem tudomásul vevő, és azoktól menekülni igyekvő sodródó, átmeneti pótörömököt kereső állapotából egy érett és integrált egot, személyiséget alakítunk ki. Ekkor perszonális szinten OKÉ-k vagyunk, érettek a túllépésre, a transzperszonális szintek megtapasztalására. A csónakból is csak akkor tudunk kiszállni, ha nem hullámszik a víz, különben ha ki is esünk belőle, görcsösen kapaszkodunk az oldalába, és mihelyt lehet pánikszerűen visszamászunk bele. Ezen felfedezéseim óta "véletlenül" egyre több olyan emberrel ismerkedem, akik maguk is "belső utasok", és pszichoterápiában is jártasak, akik a mai, aktuális kornak megfelelő új utakat keresik, és mutatják. Többük nem nevezi magát transzperszonális pszichológusnak (sőt pszichológusnak vagy terapeutának sem, mert szakítanak a tradicionális terápiákkal – miután évtizedekig azt művelték) inkább lelki segítőnek, gyógyítóknak, meg hasonlóknak. Wilber is ilyen, szerintem ő a transzperszonális pszichológia ma egyik legkiemelkedőbb koponyája – azt nem tudom, gyakorlatban mit tesz, de kristálytisztán látja a helyzetet, az biztos. Azt hiszem, amire ma igazán szükségünk van nyugaton a szellemi úton járás szempontjából, a rengeteg lehetőség és mester között, az a tisztán látás, a "leszállás a földre" és a józanság a sokféle lehetőség káoszában.

Az integrál pszichológia kora – a helyzet állása most, 2007-ben

Mióta 1999-ben ezt a gyorsfordítást elkészítettem, sok minden történt. **2000-ben** Wilber megjelentette az ***Integral Psychology c. könyvét***, melyben gyakorlatilag a már addigra ismert modelljét írja le újra, alkalmazva azt a pszichológiai szemléletre. Azóta a nemzetközi integrál körökben már önálló irányatként beszélünk erről, mely a transzperszonális pszichológiából emelkedett ki, organikusan. A transzperszonális pszichológia egykori alapítói vagy fontos szereplői közül többen – pl. Roger Walsh vagy Francis Vaughan – most az integrál fórumon jelennek meg, megtartva transzperszonális pszichológiai identitásukat is, hisz az integrál szemlélet organikusan magába foglalja azt.

Az integrál pszichológia = transzperszonális pszichológia + az összes többi, korábbi pszichológia egy rendszerbe integrálva. Továbbá a spirituális hagyományok, a tudományok és posztmodern embertanok is – a négy kvadráns modell (e könyv témája), a létra-modell (e könyv ***fő*** témája) és még 3 ág (e könyvnek nem témája) – fejlődésvonalak, tudatállapotok és típusok – együtteseként. Az öt ág együtt azóta az **AQAL-modell** néven fut. A wilberi integrál rendszer így többszörösen-integrált, multi-integrált, integrált modellek integrált rendszere. Az öt ág minden egyes eleme egy-egy vaskos, rendkívül nagy adatmennyiséget „bezipelő”, tömör integráció.

Azóta működésbe lépett az Integrál Intézet is, és 2004-től beindultak az integrál pszichoterápiás (és más integrál) workshopok Amerikában és 2006 szeptemberében **az első integrál pszichológia képzés Kaliforniában** (a JFKU egyetemen, 5 éves) és **Budapest** (a MONÁSZ, független felnőttoktatási intézetben, 3 éves), mindezt lásd a 3. függelékben

ajánlott honlapokon. Odébb van még, hogy Magyarországon e témában is 5 éves diplomát adó állami egyetemi képzés legyen. Ha lesz egyáltalán: úgy vélem az integrál pszichológiát hitelesen nem is lehet a hagyományos egyetemi keretek között tanítani, mert maga a közösségi, emberi kapcsolatbeli, tanulási és szervezeti modell is más az integrál szinttől kezdve. Integrál szint előtt a specializáció és ennél fogva a darabokra hullottság jellemző. Integrál szinten pedig az egységes keretbe rendezés, melyet a hajó utasai együtt elfogadnak. Innentől kezdve az egységre törekszünk, a megkülönböztető bölcsesség megtartásával (erről egy másik írásban lesz szó, melyet a jövőben tervezek megírni, lásd a létra modell 6-os szintjét és a spiral dynamics modell „zöld, sárga és türkiz” szintjeit, melyek a 6-os alszintjei). Egy integrál iskolának tehát illik annak lennie napi gyakorlatában is, különben nem az. Integrált szinten ugyanakkor figyelmet szentelünk az itt és mostnak – mi történik itt és most köztünk, mint annak, hogy miről beszélünk, miközben együtt vagyunk. Ez az interszubjektív valóság (bal alsó kvadráns), de az egyéni-szubjektív is (bal-felső), azaz maga az élet szaftja, teljes tabu volt mostanáig a hivatalos valóságban, s gyakorlatilag csak a pszichoterápiás/önismereti csoportokon, egyéni üléseken vagy spirituális csoportokban volt erre tér. Az egyetemek a feudális korból fennmaradt emberi-kapcsolati fixációkat hordoznak, és tartanak fenn, ahol ezen dimenziók tabuk (tisztelet a kivételnek, ahol beengednek egy-egy modernebb megnyilvánulást). Wilberék jelenleg kísérleteznek egy globális, online integrál egyetem felállításával, mely az első ilyen próbálkozás a Földön. Személyes véleményem az, hogy egyelőre az amerikai rutin, a kapitalista piac törvényei dominálják még az integrál gyakorlatot náluk, noha már sokkal több integrál gyakorlati elem áll össze ott, mint a megszokott rendszerekben.

Itthon a pszichológia szakmai berkein belül – a transzperszonális/integrál téren – most a transzperszonális pszichológia bevezetése áll a fókuszban. Az integrál pszichológia iskoláját itthon és annak a szervezeti kidolgozását és kísérletezését egy független rendszerben végezzük. Úgy látom, most kezd megérni rá az idő, azaz most kezdenek a szakma „nagy öregjei” nyitottá válni a transzperszonális pszichológiára itthon (legalábbis néhányan), hogy teret adjanak ennek, és most kezd kinevelődni egy fiatal generáció, aki a transzperszonális szemléletben hisz, és azért tenni is szeretne. Ne feledjük, ez a folyamat nyugaton már 40 éve lezajlott, vagy zajlik (más országokban más idői kezdettel). A transzperszonális pszichológia 40 éves már! S harminc évnyi tapasztalat után indult meg ebből az integrál pszichológia kialakulása is. Örömmel állítom, hogy itthon megindult már mind a transzperszonális, mind az integrál pszichológia kifejlődése, s a transzperszonális fronton is nagyszerű kezdeményezések, történések vannak itthon, és az integrál pszichológia terén is a terület és a tudásanyag élvonalával haladunk, s kreatívan hozzáteszünk a nemzetközi tudáshoz.

Fontos megemlíteni, hogy vannak más integráló törekvések is a világban, pl. itthon az Integratív Pszichoterápiás Egyesület, amely kb. 4-5 módszer gyakorlati, pszichoterápiás integrált használatát tanítja, egy egységes szemléletbe helyezve. Ugyanakkor a spirituális tanok és témák csak érintőlegesen vannak benne. Ehhez képest a wilberi rendszer, az összes fő pszichológiai és spirituális rendszert integrálja! Az *Integral Psychology* (Integrál Pszichológia) c. Wilber könyv végén 110 pszichológiai és spirituális rendszert illeszt a létramodellhez (mely ezeknek a közös nevezője) egy 17 oldalas táblázatban. Ez „csak” egy minta, mert sok olyan rendszer nincs benne a táblázatban, amelyekről más könyveiben ír, tehát láthatólag legalább 150-200 rendszer és ehhez kapcsolódó mintegy 3-4000 szakkönyv ismeretanyagának integrációjáról van szó. Ezért a wilberi rendszert teljes spektrumú vagy „teljes körpanorámás” integrált pszichológiának nevezzük, míg másokat (amiket eddig láttunk) „rész-integrált” rendszereknek, a wilberéhez képest. Ezek tipikusan vesznek 2-3 vagy

4-5 rendszert, és azt illesztik össze. A wilber-i jelenleg a legátfogóbb modell, ezért szentelünk neki oly nagy figyelmet. A wilber-i integrál pszichológia egy átfogó *térkép*, de nem egy integrált gyakorlatrendszer. Az Integrál Pszichoterápiás Egyesület szemlélete például a teljes spektrumból a preperszonális és perszonális szakaszt fedi le (lásd 1. függelék), a transzperszonális nem. Amit lefed, ott viszont jó gyakorlati szemléletet és eszköztárat közvetít. A wilber-i rendszer gyakorlati alkalmazását ezen években alakítják – és alakítjuk –, és valószínű a jövőben is sok időt ki fog ez tölteni.

A teljes spektrumú szemlélethez kapcsolódóan fontosnak tartom megemlíteni azt is, hogy a Wilber-kritikák közül soknak épp az a hátulütője, hogy nem ismeri a teljes spektrumot, és egy rész-szegletből szemlél. Egy másik tipikus kritika-probléma, hogy az érti az integrál szemléletet, aki több nagy rendszert ismer, s gyakorlatban is ismer. Az elme bármit meg tud magyarázni, és bármire talál ellenérvet, ezért pusztán gondolkodás útján nem lel stabil megnyugtató válaszokat. A Wilber-kritikák egy jó része ilyen „agytézés”.

A bevezetőben végül arról szólnék, hogyan látom a transzperszonális pszichológia és az integrál pszichológia viszonyát. Úgy vélem, nagy az átfedés. Sok transzperszonális pszichológus maga is integráltan gondolkodik már, vagy eleve is. A transzperszonális pszichológia definíció szerint az ember spirituális élményvilágának és valóságának a lélektana. Azt gondolom, a transzperszonális pszichológia fő feladata, hogy ennek a valóságnak legitimitást adjon a modern-tudománycentrikus közösségnek, és ésszerűen s amennyire lehet tudományosan vizsgálja, s megértse az ember ezen természetét. Ez leginkább a tudás kidolgozásának a tere. A transzperszonális pszichológia dolga az is, hogy kimutassa, hogyan kössük, adaptáljuk a transzperszonális valóságot a perszonálishoz, azaz a személyeshez, az egós-léthez, és fordítva, ami leginkább a gyakorlati, terápiás, önfejlesztési oldal kérdése. A wilber-i integrál pszichológia ehhez annyit tesz hozzá, hogy precíz, logikus, egységes modellbe rendezi mindezen ismereteket, mind a transzperszonális (spirituális), mind a perszonális (egós-lét) és a preperszonális (koragyerekei, ego-előtti) területeket. Nézetem szerint a két terület további specifikációt tesz lehetővé: az integrál átvállalhatja az integráló funkciót, a transzperszonális pedig ráfókuszálhat az ember transzperszonális valósága ismeretének a kidolgozására.

Transzperszonális és integrál – akármelyiket is nézzük, egy kétségtelenül fontos, közös nevező e területeken Ken Wilber s ezen műve, melynek vázlatos gyorsfordítását örömmel osztom meg minden érdeklődővel.



Gánti Bence

Budapest, 1999. február és 2007. február

Kontakt:

bence@bencelap.hu

30/27-827-17

www.bencelap.hu

A könyvről

Ez a könyv, az *A Brief History of Everything* (339 oldal) voltaképpen egy előző 600 oldalas könyvének, a *Sex, Ecology, Spirituality*-nak a kivonata. 1996-ban adta ki először a Shambhala kiadó (Boston, London), azóta 30 nyelvre fordították le, és nemzetközi konferenciákat rendeznek csak Wilberből. 1997-ben jelent meg a *The Eye of Spirit* c. – ugyanilyen vastag – könyve, amelyben az e könyv nyomán felmerült kérdésekre és kritikákra ad választ.

A fordításról

Ez a magyar nyelvű fordítás egy vázlatos gyorsfordítás, amolyan lényegi kivonat a könyvből. Végig egyfajta sürgetettség érzetem volt, hogy minél előbb lehessen olvasni magyarul, ezért úgy döntöttem, először nem fordítom le több hónapos hosszú munkával, hanem egy lényegyet visszaadó gyorsfordítást készítek belőle, és később ha igény lesz rá, elkészítjük a pontos, teljes fordítást. Insallah – ahogy a szúfik mondják –, azaz úgy alakul majd úgyis, ahogy a "sors" vagy "Isten" akarja.

Szerkezetileg az eredeti könyvet követtem, tehát a részek, fejezetek megegyeznek, mindenhol a lényegyet szedtem ki, törekedve arra, hogy összefüggő, folyamatos legyen ez a fordítás is. Az eredeti könyvben éreztem egyfajta amerikai szájba rágós stílust, sok az ismétlés, gyakran úgy éreztem, Wilber túlrágog egy-egy témát. Mennyiségileg ez a fordítás kb. az eredeti mű fele. A mondatok sok helyen nem egy-az-egyben fordítások, hanem pl. több mondat, vagy egy-egy szakasz lényegi összefoglalója.

Egypár kommentárt, magyarázatot, megjegyzést, pontosítást vagy kiegészítést beleírtam néhány helyen lábjegyzet vagy zárójeles mondat formájában. Ahol zárójelet használtam, ott megjegyzésemet a "ford." megjegyzéssel láttam el, ami "a fordító"-t jelenti. Így különítettem el az eredetileg is zárójelben levő részeket a megjegyzéseimet.

A könyv témáinak logikai íve

Az első fejezetek a materiális kozmosszal és az élet megjelenésével foglalkoznak. Hogyan lett a káoszból rend, mitől lett az anyagból élet. Van-e Szellem² az ökológiában?

A középső fejezetek a tudat megjelenését és evolúcióját tárgyalják öt-hat nagyobb fázison át; az emberi fejlődés során az előembertől a megvilágosodásig, a korábbi társadalmaktól kezdve a mai hétköznapi tudatállapoton át a spirituális szintekig. Látni fogjuk, hogy a kozmikus evolúciót ugyanaz az erő hajtja, mint az emberi evolúciót és a spirituális fejlődésünket. Mondhatjuk úgy is, hogy ugyanaz az egy erő hat az egész evolúción át, legyen az materiális, biológiai vagy tudati – ezek éppen a kibontakozás egyre finomabb szintjei. Itt megnézzük azt is, hogyan hatnak a múltbéli fejlődési problémák a mai korunk és tudatfejlődésünk problémáira.

Majd az "isteni" területekre kalandozunk, megnézzük, hogy ez hogyan él, működik és hat az anyagra, életre, elmére, tudatra. Mi az oka annak, hogy a vallás a történelem során átadta a helyét a pszichológiának, és miként ment ez végbe? Mi a jövő útja? Régen, ha valami bajunk

² Szellem. Wilber végig a "Spirit" szót használja arra, amit hagyományosan "Istennek", mögöttes, transzcendens lényeknek gondolunk. Az Isten szavunk mégsem találó, mert azt személyesen, egy tőlünk különálló magasabb dolognak képzelünk el. A magyar "szellem" szavunkat pedig nem érzem olyan kifejezőnek, mint az angol "Spirit" szót, mert más asszociációink is hozzákapcsolódnak – pl. a huhogó fehérleples szellem stb. Talán a Szellem, nagy "sz"-szel oldja ezt a konnotációt.

volt, a paphoz fordultunk. Ma a pszichológushoz és a pszichiáterekhez megyünk. Ma ők nem értenek egyet egymással. Nem lehet, hogy mind a papoknak, mind a pszichiátereknek fontos mondanivalójuk van?

Hol keressük a válaszokat a végső kérdéseinkre? A papoknál, pszichológusnál, guruknál, tudósoknál vagy a politikában? Miért érezzük ma sokan azt, hogy mindegyik jó, de egyik sem kielégítő önmagában, a mai korunk problémáinak megoldásában? Van-e valami mód arra, hogy összekössük ezeket a különféle forrásokat egymással, mindegyik igazát meghallgassuk és harmonikus egyensúlyt, szintézist lássunk meg közöttük?

Az utolsó fejezetek a "Lapos-világ"-gal³ foglalkoznak. A gazdag mintázatú, kiterjedt, sokdimenziós kozmosz összeomlik, és egy ellaposodott, megfakult, egydimenziós világgá válik a szemünkben, elveszti a "szaftját", és pusztá elméletekké és adatokká szürkül, laposodik el. Ez a modern (felvilágosodás kora óta tartó) és a posztmodern (mai, ezredvégi, információs kor) világ egyszínűsége. Áttekintésünk során nem a modern világunkat hibáztatjuk, hanem átlátjuk, hogy szükségszerű következménye és közbülső állomása ez (egy következő, globálisan magasabb szint felé) a Szellem (Spirit) fejlődésének, működésének, evolúciójának.

Nézzük most tehát magát a könyvet!

³ "Lapos-világ". Wilber az angol "flatland" szót használja a mai civilizált-nyugati-rationális-ipari társadalmunkra, amivel arra utal, hogy ellaposodott, ledarált, legyalult, a profán és szent dolgokat összemosó világnézetünk van, amelyből teljesen hiányzik a vertikális dimenzió, a spiritualitás, a "szaft", a mély lelki kultúra, a tudatfejlődés, tehát az isteni, a transzcendens dimenziók stb. Ami nem ilyen, az minden más kultúra: ahol megvan a spiritualitás élő hagyománya, a felsőbb dimenziókkal való kapcsolat. Nehezemre esik a megfelelő magyar fordítást megtalálni: "(el)lapos(odott)-világ(nézet)", "síkvilág". Találó lenne a "Pusztaság" elnevezés is. Ez azonban inkább a kiüresedettségre utal, míg a Lapos-világ a vertikális dimenziók hiányára – ezért az utóbbit választottam a szövegbe.

BEVEZETŐ

Az előszóban Wilber a biológiai nemekről és a nemi szerepekről ír.⁴ A biológiai nem genetikusan, biológiailag meghatározott, a nemi szerepek viszont kulturálisan meghatározottak. Biológiai meghatározottságunk a következő: a férfi nemi hormon, a tesztoszteron ezt az utasítást adja nekünk: "dugd meg, vagy öld meg!". A női nemi hormon, az oxitocin pedig a "gondoskodj róla, vigyázz rá, őrizd meg!" parancsot diktálja. Ma a kultúránk, társadalmunk a nőktől férfias nemi szerepet kíván – légy autonóm, állj ki önmagadért –, a férfiaktól pedig nőieset. Úgy tűnik, a megtanulandó nemi szerepeink ellene dolgoznak a biológiai adottságoknak. Ez megfelel az evolúciós törvényszerűségnek: ha egy új szint megjelenik, az túlmege az előzőn, meghaladja, transzcendálja azt. Ma mind a férfi, mind a nő küzd azért, hogy transzcendálja a régi szerepeket, amelyek egykor jól működtek. Az evolúció rendje az, hogy az új szint az előzőt meghaladja, és magába foglalja, integrálja azt. Ez látható a férfi és a nő szerepproblémájában is. Nem leküzdeni, eltörölni igyekszünk a biológiailag diktált nemi szerepeinket, hanem meghaladni. Megmaradnak az eredeti késztetések, de megjelenésükben átalakulnak, finomodnak. Nem arról van szó, hogy a "ruhánkat" letépjük magunkról, hanem egyszerűen kinőttük, magától hullt le rólunk. A nőnél az érett, különálló szelf megalkotása, elismerése a feladat. A férfiak pedig szociálisabbá, lágyabbá, társaságiabbá válnak. Az 5000 éves patriarchális kultúra evolúciós szükségszerűség volt, amely most szűnik meg és alakul át, és így kiegyenlítődnek a két nem közötti különbségek.

Hogyan alakultak a férfi és női nemi különbségek az evolúció különböző szakaszaiban? Ezt fogjuk most végigkövetni, elkülönítve a biológiai determinációt az aktuális kulturális szerepektől. Ennek fényében megértjük a mai helyzetet, és átlátjuk mi az, amit érdemes megváltoztatni, és mi az, amit nem. A két nemet ma nem egyenlővé kell tenni, hanem harmonikusabbá, ahol mindkét fél értékeli a másik egyediségét.

(Wilber a nemi kérdésre nem tér vissza a könyvben, csak az elején tárgyalja – mintegy aktuális apropót, amivel a fő kérdésekre tér rá. A most következő témák, amiket felvet, fogják a könyv nagy részét kitenni.)

Az emberi evolúciót úgy érthetjük meg, ha beleintegráljuk az általános evolúcióba. Közös evolúciós folyamat működteti az anyag fejlődését, az élet megjelenését, majd a tudat és az elme, az öntudatos tudat megjelenését. Mindezt egyetlen evolúciós szála fel tudjuk fűzni. Milyen alapon tehetjük ezt? Vannak közös minták, törvényszerűségek, amelyek minden szinten ugyanazok, és visszatérő mintázatként felismerhetők – akár a Big Bang utáni anyagi evolúcióról, akár a most bennünk zajló tudati, spirituális evolúcióról van szó. Az evolúció magasabb szintje a tudatosság területén a spiritualitás. Az evolúció: "Spirit-in-action" – azaz az alkotó, működő, "csináló" Szellem, a Szellem munkálkodása –, ahol a Szellem feltárja önmagát az evolúció minden egyes állomásán. Tehát végig a Szellem kinyilatkozásáról, manifesztációjáról van szó – eltérő finomsági szinteken. A Szellem az nem egy meghatározott állomás, vagy ideológia, vagy egy isten, istenség, hanem maga a kibomlás végtelen folyamata. A kibomlás során kialakuló evolúciós állomások, jelenségek változnak meg, alakulnak át, nem maga a Szellem. Az evolúció magasabb állomásain a szellem önmagára tudatossá kezd

⁴ Amerikában a nemek kérdése, női egyenjogúság, feminista mozgalmak ma "hot" téma, nálunk kevésbé. Ezért e résznek az amerikaiak számára valószínűleg nagyobb az aktualitása.

válni, felébred, felismeri önmaga igaz természetét, mely nem más, mint az emberben lezajló spirituális ébredés és magasabb megtapasztalások, misztikus szintek. Ezzel foglalkoznak a világ nagy spirituális tradíciói. Ezek a magasabb, misztikus szintek mindannyiunkban meglévő, mélyebb potenciálok – nem valami elvont, "ködös" dolgok, hanem teljesen konkrétak, élek. Ha az evolúció fényében tekintünk ezen szintekre, akkor megértjük: miért van az, hogy az eddig csak néhány kiváltságos ember számára megtapasztalható szinteket, állapotokat (pl. Krisztus, Buddha, azóta néhány felébredett mester, a mai Guruk közül néhány stb.) ma oly sokan megtapasztalják – olyanok is, akiknek korábban nem volt kapcsolatuk a vallással, spiritualitással. Ez alapján megértjük majd a ma aktuális történéseit és a holnap irányát. A spiritualitással foglalkozó tradíciók – legyen az keleti, nyugati, északi vagy déli – két fő típusra bonthatóak, melyek nagyon eltérnek egymástól: az aszcendens és deszcendens spiritualitás. Az aszcendens ösvény transzcendentális, túlvilági – pl. az askéta, a jógi, aki megvonja az örömeket stb. A megszabadulást nem eföldi "királyságban" keresi. A "szamszárát", a létforgatagot, a világunkat ördöginek vagy illuzórikusnak tekinti, és ebből teljesen ki akar lépni. Szemszögéből a deszcendens út téves, illuzórikus és ördögi. A nagy Egyről beszél, nem a sokaság öröméről, az Ürességről, nem a Formáról, a Mennyről, nem a Földről, a Nirvánáról, nem a Szamszáráról. Ilyen pl. a kereszténység, a mohamedán vallás, a hinajána buddhizmus stb.

A deszcendens ösvény épp az ellenkezőket állítja: teljesen evilági, a sokaságot részesíti előnyben, nem az Egyet. Az érzékeket, a testet, a szexualitást, a földet ünnepli, a Szellemet azonosítja az érzékelhető világgal, Gaiával, napsütéssel, természettel. Teljesen immanens, és minden transzcendens dolgot mellőz, tévesnek tart. Ebből a nézőpontból minden aszcendens dolog ördögi. Kétezer éves háború zajlik a két nézet között. Nyugaton durván Augusztinusztól Kopernikuszig tart a tisztán aszcendens ág – amikor is a megszabadulást nem eföldinek vélik. Ott ez az élet, de a lényeg akkor kezdődik, amikor meghaltál. A modernitás, posztmodernitás (felvilágosodás korától máig) pont az ellenkezőjét mutatja. Ez a deszcendens szemléletű Lapos-világ – csak az van, amit látunk, érzünk, semmi mélység vagy magasság. Él a mának, az örömeknek, az élvezeteknek, elégtételt vágyaid – "Egyszer élünk, nem igaz!?" Az egyetlen létező valóságnak az öt érzékszerven át érzékelhető empirikus világot fogadja el, nincsenek mélyebb vagy magasabb potenciálok, fejlődési lehetőségek, elérhető dolgok, evolúciós állomások. Ilyen a kapitalizmus, marxizmus, ipari társadalom, fogyasztói társadalom (úgy is mondhatjuk, hogy a Lapos-világ vallás hívei a fogyasztók), kommunizmus, öko-feminizmus, sőt a mély-ökológia (deep-ecology) is. A mély-ökológia – amelyet spirituálisnak tartanak, de valójában ugyanebbe a deszcendens hálóban van fennakadva (ld. később kifejtve) – is azt mondja, hogy az Isten, a Föld-anya, Gaia az az, amit látsz a szemeiddel (vagy a tudósok a műszereikkel).

A deszcendens és az aszcendens tradíciókon kívül vannak a kettőt egyesítő, integráló nondualis (dualitáson túllépő, attól mentes) spirituális tradíciók, amelyek az Egységet a Sokasággal, az Ürességet a Formával, a Nirvánát a Szamszárával, a Mennyt a Földdel egyesítik. Ilyen pl. a Vadszrajána Buddhizmus. Mind az aszcendens, mind a deszcendens hívők felosztják a kozmoszt, pártba állnak, a kedvenc részüket pártolják, és ezzel hozzájárulnak a két tábor között dúló háborúhoz. A harmónia a kettő integrálásából fakad – ekkor mindkettő megmarad, és magasabb szintre is lép. Akik akár az egyikre, akár a másikra esküsznek, nemcsak hogy hozzájárulnak a bolygónk kipusztulásához, hanem aláássák a saját törekvésüket is, a megvilágosulás, üdvözülés elérését, elvágják önmaguk előtt az utat (csak egy darabig jutnak el).

I. RÉSZ: A SZELLEM MUNKÁLKODÁSA

1. Fejezet: A dolgokat összekötő közös mintázatok

Most áttekintjük röviden az evolúciót a következő szakaszokon át: Big Bang > anyagvilág > élővilág (bioszféra) > elme világa (núszféra⁵ – "noosphere") > elmefejlődés szintjei, preperszonális, perszonális és transzperszonális – spirituális, ahol a Szellem önmagára ismer, magába tér, az egyéni emberi tudat megvilágosodik (a "nagy robbanástól" a "nagy durranásig" – ford.). Ez egy amolyan rövid, gyors áttekintés mindennek a történetéről. Mindezt a Szellem szemszögéből, spirituális szemszögéből tárgyaljuk, hogyan alakult ez máig, és mi a tendencia a jövőben, mi lesz a jövőnk.

Ez valami óriási, grandiózus dolognak tűnhet – mindenről beszélni, egy rendszerbe foglalva. Pedig az egész nagyon leegyszerűsödik, ha átlátjuk a közös alapját mindennek. Ez az "orientáló generalizáció", azaz irányadó, tájékozódást, eligazodást segítő általánosítások – olyan általánosan megtalálható dolgok az evolúció, a történelem, a jelenségek minden szintjén, amelyek alapján könnyen eligazodhatunk, és megláthatjuk a közös lényegét mindenben. Közösen meghúzódnak alapelvek a jelenségek mögött, amelyekben mindannyian egyetértünk még akkor is, ha a részleteken vitatkozunk.

Wilber összeszedte a különböző területekről a "fő vonalakban egyetértünk ebben" típusú dolgokat – pl. fizikából, biológiából, pszichológiából, teológiából stb. Ha ezeket összerakjuk, akkor megkapjuk az "evidensen kirajzolódik" és az "ebben már mindannyian egyetértünk" típusú tudást (ezt az összehasonlító munkát nem kell elvégeznünk, a könyv épp ennek a munkának a fantasztikus gyümölcsét mutatja be). Így megkapjuk azt a mindenre kiterjedő eligazodási térképet, amely megmutatja, hogy mi az ember szerepe, helye az univerzumban, az életben, mi a múltja és a jövője.

A Kozmosz

A körülöttünk (és bennünk) levő világ, a Kozmosz négy komponensre osztható: kozmosz,⁶ vagy fizioszféra – az anyagi világ; a bioszféra – az élővilág (élő testek); az elme, psziché – núszféra; illetve a tudat magasabb régiói a teoszféra, a spirituális, isteni területek. Ma – Pitagorasz óta – a Kozmosz alatt a kozmoszt, azaz a fizikai univerzumot értik. Pitagorasz előtt a Kozmosz alatt a létezés minden formáját értették – az anyagtól az elmén át az isteniig. Újra bevezetem tehát a Kozmosz fogalmát. Hol van az a pont, ahol az anyag életbe vált át? Nincs ilyen. Helytelen az az elképzelés, hogy az egész fejlődés egy lineárisan emelkedő fejlődés. Az új szinteken – pl. a bioszférában a fizioszférához képest teljesen új dolgok jelennek meg – pl. az ön-reprodukció ismeretlen az anyagvilágban. Ez a mély transzformáció, teljesen új dolgok kialakulása gyakran előfordul a Kozmosz evolúciójában.

Amivel foglalkozunk, az tehát Kozmológia, nem pedig kozmológia – tehát benne van a fizikai univerzumon kívül a biológiai, elméleti, lelki és spirituális is – azaz minden. Ezt fontos

⁵ Núszféra. "Noosphere" – a görög nú-, nous-, noo- az elmével, pszichével, értelemmel kapcsolatos dolgokat jelöli. Tehát az elme, értelem, psziché területe, az elme szférája.

⁶ Kozmosz. Szándékosan különíti el a Kozmoszt (nagy "K") – a fizikai, biológiai és elme területeket is, tehát minden jelenséget magába foglaló teljes világot és a "kozmoszt" (kis "k"), amely a mai racionális világnézet szerinti, pusztán fizikai világ. Az angolban "cosmos" és "Kosmos".

megértenünk. A kozmológia nem más, mint brutális redukcionizmus, mindent kigyomlál a világból, csak a materiális oldalát hagyja meg, és tekinti az egyedüli valóságnak. Nem méltó a Kozmoszhoz ez a bánásmód.

A 20 alapelv – a dolgokat összekötő közös mintázatok

20 jellemző alapelv különíthető el az evolúcióban, amely minden szinten igaz.

Az első alapelv az, hogy a valóság **holon**-okból áll, olyan dolgokból, amelyek egyszerre részek és egészek. Tehát minden dolog (legyen az egy kő, egy sejt, egy élőlény, egy gondolat, egy szabály, egy szó, egy érzés, a lélek fejlődésének akármelyik szakasza, vagy egy spirituális élmény stb.) egyszerre része egy nagyobb rendszernek, és egyszerre egy egész, amely részekből áll – tehát holon. Pl. egy atom része egy molekulának, a molekula a sejtnek, a sejt a szervezetnek stb. Egy aranyos történet van erre:

Elmegy a király a bölcshez, és megkérdezi tőle, miért nem esik le a Föld. A bölcs azt válaszolja: azért, mert egy oroszlánon fekszik a Föld. Jó, jó, de min van az oroszlán? – kérdi a király. Az oroszlán egy elefánton van – így a bölcs. Na jó, de miért nem esik le az elefánt? Mert az egy teknősbékán van, ezért nem esik le. És a teknősbéka min áll? Mire a bölcs: felséged itt megállhat a kérdezéssel. Innentől lefelé már csak teknősbékák vannak.

Így van ez a holonokkal is. Mindegy, hogy milyen mélyre vagy magasra megyünk, sose jutunk el egy végső egészhez. A realitás nem dolgokból vagy folyamatokból, részekből, vagy egészekből áll, hanem rész-egészekből. A realitás nem szubatomikus apró részecskékből tevődik össze. Ez egy szélsőségesen leegyszerűsített materiális szemlélete a dolgoknak. A szubatomikus részecske is holon. Ha így nézzük a világot, és feltesszük a kérdést, hogy mi a holonokban a közös, akkor elkezdjük látni, hogy mi a közös az evolúcióban a különböző területeken. A fizio-, bio-, nú- és teoszféra maga is egy-egy holon. A holonoknak közös mintázataik, jellegzetességeik, törvényszerűségeik vannak – így érkezünk el a 20 alapelvez.

A második alapelv ***minden holon négy közös motivációjával foglalkozik.***

A holonok első két motivációja: egyrészt, hogy ***fenntartsa egészségességét, autonómiáját és egyénileg hasson (hatóerő), másrészt hogy fönntartsa a rész-ségét, beleilleszkedjen egy nagyobb egészbe.*** Ha nem tudja fenntartani önállóságát, vagy ha nem tud egy nagyobb egységbe beilleszkedni, akkor megszűnik létezni.

A következő két motiváció a ***transzcendálás (ön-meghaladás) és feloldódás.*** Amit az előbb tárgyaltunk, az a holonok horizontális jellemzője, azonban van vertikális jellemzője is, ez pedig az önmeghaladás, a magasabb szintre lépés jelensége. Ha nem tud megmaradni valamiért holonnak, akkor felbomlik, és szubholonokra esik szét (pl. a sejt molekulákra, atomokra). Hogyan haladja meg magát egy holon, hogyan lesz az élettelen anyagból élő, a molekulákból élő sejt, az egyszerű élőből bonyolult élő forma stb.? Az új-darwinista, naturalista természetes kiválasztódás elvében ma már nem sokan hisznek. Valóban igaz, hogy így működik az evolúció, de csak olyan dolgokra igaz, amelyek már eleve megjelentek a mechanizmusban. Új dolgok megjelenésére nem igaz. Azt mondják pl., hogy a mellő lábából fejlődött ki a szárny. De mi volt félúton? Se láb, se szárny, hanem valami átmeneti dolog? Az se futni, se repülni nem tudna – legfeljebb vacsorára jó. És ha így is lenne, akkor ha véletlen mutációk sorozatán át kialakul két egyedben, akkor azoknak meg kell találniuk egymást, inni egyet, megvacsorázni és szeretkezni, amiből normális utódok keletkeznek. Abban egyeztek meg a mai tudósok, hogy ***kvantumevolúciónak*** tekintik az evolúciót; úgy vélik, hogy az evolúcióban ugrások vannak, ahol radikálisan új dolgok jelennek meg,

bukkannak elő, tehát teljesen új, komplex holonok jelennek meg a létezésben, amit az előző, létező formából nem lehet kikövetkeztetni (ha egy követ nézünk semmit sem találunk, ami az élőlényre utalna). Az evolúció ön-meghaladó folyamat, ez a drive a Kozmoszba van építve, az újabb mindig túlmegy az előző szinten. Megtestesíti azt, ami előtte volt, és hihetetlenül új jellemzőket ad hozzá. (Másik könyvében Wilber ezt nevezi "Atman-project"-nek, azaz a Szellem projectje-nek). Minden holonnak tehát négy hatóereje van – horizontálisan az autonómia és a beilleszkedés, vertikálisan a feloldódás és az ön-meghaladás.

Az önmeghaladás tehát nem lineárisan folytonos, hanem **kreatív ugrások** jellemzik. A folyamatosság nem a régi és az új jelenség szintjén van, hanem maguk ezek az alapelvek jelentik a folytonosságot. Ez egy "uni-verse" (angol szóvicc), magyarul "ugyanaz a dal", "egy kaptafa", "egy ének" (magyar szóvicc: Egyének);).

A harmadik alapelv a **kreatív felbukkanás elve**, egyszerűen az, hogy a holonok megjelennek, felbukkannak. Új holonok, jelenségek, mintázatok jönnek kreatívan létre. A Kozmosz kvantumlépésekben bomlik ki ilyen kreatív módon. A holon lényegét nem lehet megtalálni a részeiben, hiába rakunk össze részeket, nem lesz belőle újszintű jelenség. Mi a kreativitás, ha nem egy másik megnevezése a Szellemnek?! A Szellem nem más, mint az Üresség (a buddhisták így nevezik – a tudat igaz természete). Az Üresség – mely minden dolgok alapja – teszi lehetővé, hogy új formák megjelenjenek. Az ön-meghaladás nem más, mint a Szellem maga, vagy az Üresség. Tudósok kimutatták, hogy 12 millió éve annak, hogy van az univerzum. Ha ez így lenne, akkor még arra se lenne idő, hogy egy egyszerű enzim véletlenszerűen kialakuljon. Nem a véletlen az univerzum húzóereje. A tradicionális tudósok istenét úgy hívták, hogy véletlen. Mindent ezzel magyaráztak. A vallások pedig az Istennel magyarázták a dolgokat: van egy kedves, jóságos, minket néző antropomorf isten, aki mindent teremt, megold, elintéz. Látnunk kell, hogy mind az Isten-hívés, mind a véletlenben hívés, az mind hívések, hitek, vallások.

A negyedik alapelv a **holarchia** elve, amely szerint a holonok holarchikusan jelennek meg. Ez Koestler kifejezése a természetes hierarchiára. Azért vezette be, mert ha hierarchiát mondunk, mindenki a felettes-alárendelt dominanciaviszonyra gondol, aminek rossz mellékíze van. A természetes hierarchia, vagy holarchia az, hogy egy egész természetszerűleg része lesz valami másnak a következő szinten. A normális hierarchiák, azaz holarchiák holonokból állnak. Ha egy holon a természetes holarchiát bitorolni akarja, akkor patológia jön létre, vagy az, amit klasszikusan hierarchiának nevezünk, pl. amikor egy rákos sejt dominálja a sejtet, vagy egy fasiszta diktátor a szociális rendszert. Ennek a gyógymódja nem a rendszer megváltoztatása, hanem a domináló holon visszaillesztése a helyére. Vannak, akik a hierarchia ellen vannak, és a holisztikára esküsznek – sok mai new age-s, spirituálisan orientált szemlélet –, de ez pont az ellenkezője. Holizmust csak a holarchián át lehet megvalósítani. Akik azt mondják, hogy a hierarchiát vagy a megkülönböztetést, rangsorba állítást el kell vetni, és helyette legyen minden egyenlő és holisztikus, azok nem csinálnak mást, mint éppen rangsorolást. 1. Holisztikusság, 2. Nem-holisztikusság – két részre osztják a dolgokat, és az egyiket a másik elé állítják mint jobbat. A rangsorolás tagadása tehát maga a rangsorolás, a hierarchia tagadása maga a hierarchia-alkotás. Ami megkülönböztetést tehetünk, az a normális holarchia vagy a patológikus. Maga a holarchia nem megváltoztatható, ez a világ felépítésének a természetes módja. Az egész evolúció arról szól, hogy adott szintek meghaladják önmagukat, és egy nagyobb egységbe illeszkednek, olvadnak bele, ami maga megteremti a rangsorolást. Magasabb és alacsonyabb dimenziók vannak – ezek kötik össze az adott szinteket, a holarchia elve a ragasztóanyag a különféle szintek között.

Amikor egy holon meg akarja haladni a saját szintjét, tehát olyan helyre akar menni, ahová nem való, csak egész akar lenni, rész nem, csak dominálni akar, alárendelődni nem – azt hívjuk betegségnek, patológiának, kórnak. Ez lehet fizikai vagy emocionális, lelki, kulturális, szociális, vagy spirituális is. Meg akarjuk "támadni" a patologikus hierarchiát nem azért, hogy megszabaduljunk tőle, hanem hogy a természetes, holarchikus fejlődését visszaállítsuk.

Az ötödik alapelv az, hogy minden holon *meghaladja, és ugyanakkor magába foglalja (inkludálja) az előző szintjét.*

2. Fejezet: A titokzatos impulzus

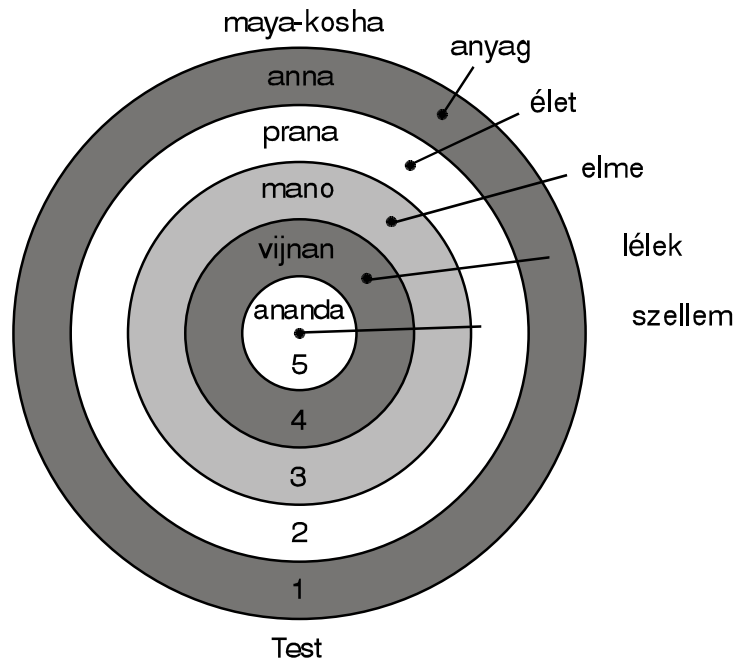
A magasabb holonokban benne van az alacsonyabb, plusz valami extra, új. A holarchiát épp az valósítja meg, hogy a magasabban benne van az alacsonyabb, de az alacsonyabban nincs benne a magasabb, és nem is ismeri azt, szó szerint fogalma sincs róla.

A magasabb és alacsonyabb szintek nem értékbeli megkülönböztetések, hanem egyszerűen azt a tényt mutatják, hogy ha elpusztítod az alacsonyabb szintet, akkor mind odavész, ami felette van, ha viszont fordítva teszel, akkor az alacsonyabb szintek megmaradnak. Ilyen értelemben a bioszféra magasabb a fizioszféránál, a núszféra a bioszféránál stb. Ha elpusztítod a núszférát, a bioszféra megmarad, de ha a bioszférát pusztítod el, nem marad meg a núszféra.

Mélység és kiterjedés

Az emberek úgy vélik, a nagy kiterjedés egyben nagy mélységet is jelent ("minél több, annál jobb, annál komolyabb"). Egy holarchiában a szintek száma a mélység, és az adott szinten levő holonok száma a kiterjedés. Az egymásra épülő szinteken egyre kisebb kiterjedés található az evolúcióban. Minél nagyobb a mélység, annál kisebb a kiterjedés. Tehát a magasabb szinteken kevesebb egyedszám van. Pl. kevesebb molekula van, mint sejt, kevesebb sejt, mint szervezet, vagy sokkal több állat van, mint ember, sokkal több átlagos ember van, mint megvilágosodott stb. Ahogy fölfelé haladunk a holarchiában, vagyis ahogy a mélység egyre nő (mélység – a meghaladott és magába integrált, benne foglalt előző szintek) ott egyre kevesebb holon van. Ez a nyolcadik alaptétel. (Wilber nem veszi végig az összes alaptételt ebben a könyvében – itt nem ez a fő téma, azt az előző könyveiben teszi.)

Az emberek azt hiszik, hogy a nagyobb, a több, az jobb, amivel a feje tetejére állítják a valóságot, összekeverik az irányokat. (Itt László Ervin *Evolúció: a nagy szintézis* c. könyvéből idéz egy ábrát, amely ugyanezt szemlélteti). A görög filozófia is erre a következtetésre jutott – a realitást a létezés és tudatosság nagy holarchiájának tartja, amely az anyagtól az életen, tudaton, elmén keresztül a Szellembe jut el. Ezt a meghalad-és-magába-foglal törvényszerűséget koncentrikus körökkel szokták ábrázolni. A koncentrikus körökkel egyszerre csak vagy a kiterjedést, vagy az egymásba ágyazottságot lehet jelölni. A csökkenő kiterjedést mutatja pl. az 1. ábra, ahol az anyag, élet, elme (racionalitás), lélek (intuíció) és Szellem (gyönyör-áldás-bölcsesség állapot) szintjei vannak feltüntetve, és azok szanszkrit megfelelője (jóga, buddhizmus). Itt az anyag a külső kör – jelezve, hogy a legnagyobb kiterjedésű és a Szellem a legbelső, középső, jelezve, hogy a legkisebb kiterjedésű (érdemes felülnézeti háromdimenziós képként elképzelnünk, akkor érzékeljük a mélységet is).

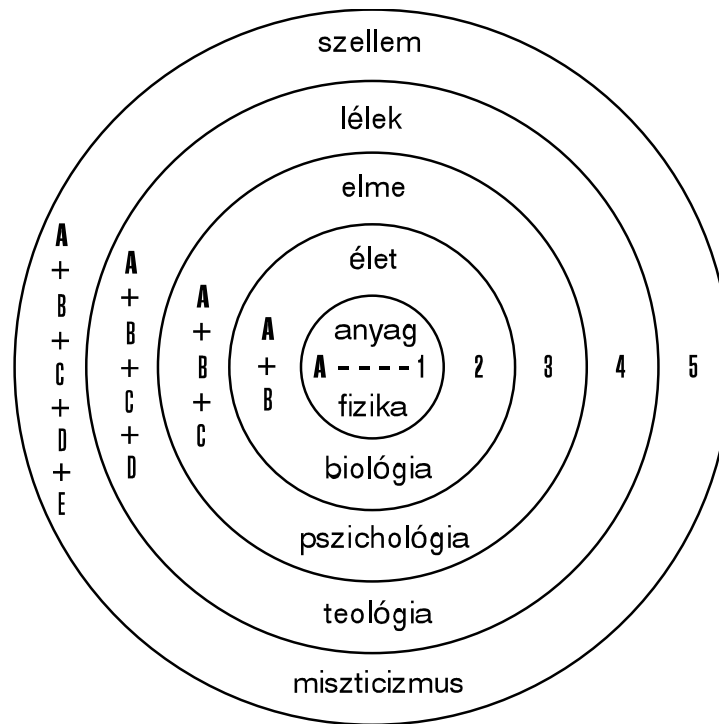


- | | | |
|-----------------------------------|---|-----------------------------|
| 1. anna-maya-kosha (anyagi) | } | stula-sharira (durva) |
| 2. prana-maya-kosha (eletero) | | sukshma-sharira (szubtilis) |
| 3. mano-maya-kosha (racionalitas) | | |
| 4. vijana-maya kosha (intuicio) | | |
| 5. aranda-maya-kosha (aldas) | | karana-sharira (kauzalis) |
| Brahman-Atman | | |

1. ábra. Nagyobb mélység/magasság⁷ – kisebb kiterjedés.

Ha a koncentrikus körökből a Szellem a külső, és az anyag a középső, akkor láthatjuk, hogy a magasabb szintek egyre tágabbak, és hagymahéj-szerűen magukba foglalják az alatta levő szinteket, tehát egyre mélyebbek (2. ábra). Az ábrán látható, hogy a biológia világa, az élet magába foglalja a fizika világát, az anyagot is, a pszichológia világa, az elme pedig a biológia világát, az életet is stb. A Szellem mindent magába foglal – lelket, elmét, életet, anyagot, illetve a Szellemet feltáró miszticizmus a teológiát, pszichológiát, biológiát, fizikát is integrálja.

⁷ Nagyobb mélység/magasság. Ha arra gondolunk, hogy az új szintek magukban foglalják az előzőeket, akkor mélységről beszélünk, hisz mélyek, bennük van sok megelőző; ha arra gondolunk, hogy a fejlődés "egyre magasabb szintekre" lép, akkor magasságról. Ugyanannak a dolognak a két oldala.



2. ábra. Nagyobb mélység – több bennefoglás.

Mint az ábrán is láthatjuk, hogy a legmagasabb szint a Szellem. Nem úgy van-e, hogy a Szellem az nem egy szint, hanem mindenhol ott van? A Szellem e világon túl van, de úgy, hogy nem válik külön ettől, hanem ennek a világnak minden holonját magába foglalja. Minden manifesztációt magába foglal, de ő maga nem manifesztáció. Mindig jelen van minden szinten, de ő maga nem egy meghatározott szint vagy dimenzió. Minden manifesztáció üresség-természetű alapja. A Szellem voltaképpen maga a papír, amire az egész ábrát fölrajzoljuk, az alap és a cél is egyben. A későbbiekben ez majd érthetőbbé válik.

Mindennek messzemenő következményei vannak. Pl. megmutatja számunkra, hogy mi a természetes, a világ rendjének megfelelő – és nem az emberek aktuális érdekei által megalkotott – környezeti etika. A minket alkotó holonokat tisztelnünk kell, és gondoskodni azokról (nem pedig pusztítani őket), és nemcsak önmagukban való értékük miatt, hanem egész egyszerűen azért, mert mi magunk vagyunk azok, belőlük állunk! Ha elpusztítjuk őket, szó szerint öngyilkosságot követünk el (erről később részletesebben). A bioszféra a mi alkotó részünk (habár ezt most logikailag átlátjuk, mégsem érezzük, ezért nem viselkedünk e szerint – mert a tudatfejlődésünk⁸ nem tart még ott. Erről is később). Az emberi identitás kiterjedhet oda, hogy mindent magába foglal – ez a kozmikus tudatosság állapota (ld. később a tudatfejlődés részben). Ez akkor van, amikor az egyéni identitás kiterjed a Szellemig. Az ezt megvalósító emberek száma nagyon kevés (nagyobb mélység – kisebb kiterjedés). Ekkor minden a Szellem manifesztációjának látszik, ezért sem magas, sem mély, ekkor más, a végső

⁸ Meditációs gyakorlatokkal olyan gondolatokon túli állapotba kerülünk, ahol ezt közvetlenül megtapasztalhatjuk – az egységet a bioszférával –, ekkor spontán módon alakul ki egy új etika bennünk, akkor is, ha soha egy sort nem hallottunk erről. Viszont akármennyit is hallunk, olvasunk és beszélünk róla, sose születik meg bennünk ez az etika, ha nem éljük át, nem tapasztaljuk meg mint magasabb tudatállapotot. Tudjuk, de nem a szerint cselekszünk.

magasság egyben a végső egység is mindennel – a Kozmosszal. Ez fejlődési, evolúciós folyamat eredménye. A Lapos-világ emberei (ne felejtjük el, rólunk van szó, a nyugati társadalom – spirituális szempontból – átlagembereiről!) csak az egyenlőségre fókuszálnak, de nem látják a holarchikus aspektusát a világnak. Ha azt mondjuk, "minden és mindenki egyenlők vagyunk", ez nem igaz, csak félig igaz. Síknézet ez, horizontálisan nem igaz. Nem mondhatjuk, hogy a fa ugyanaz, mint az ember, habár mindkettő élő.

A tudat spektrumai

Az evolúciónak iránya van, nem randomszerű, hanem célirányos. A káoszról kifelé halad egyre nagyobb mélységek irányába, az értelem felé. Minden egyes megjelenő újabb szinten a Kozmosz intrinzik értéke egyre nyilvánvalóbbá válik. Ez a 12. Alapelv, amit utolsóként tárgyalunk e könyvben. Különböző mutatói vannak az evolúció célirányos voltának. Széleskörű, általános tendenciát figyelhetünk meg az evolúcióban: a következő irányok felé mozgás, amely egyre nagyobb komplexitást, differenciációt, szervezettséget és ezen túl növekvő autonómiát is jelent. Ezek az evolúció tudományosan elfogadott jellemzői. Az evolúció többet kigyózik, mint amennyit előrehalad, tehát sok zsákutca, mellékvágány, szétesés is van benne. Rövidtávon lehetnek mellékutak, bukások, de hosszútávon előremenő fejlődés jellemzi. Az evolúció alapvető motivációja, a Kozmosz ön-meghaladó hajtóereje a mélység növelése, az előzőek túlhaladása és magába foglalása. Minél nagyobb a mélysége a holonnak, annál nagyobb a tudatossága is. A mélység és a tudatosság szinonimák. Van a mélységnek egy spektruma, ez a tudat spektruma – a mélységi szintek fokozatai és jellemzői. Az evolúció nem más, mint ennek a spektrumnak a kibontakozása. A tudatosság egyre jobban manifesztálódik, és felismeri önmagát. Szellem, tudatosság, mélység – ugyanaz a dolog. Mindenhol ott van a mélység, a tudatosság, a Szellem. A tudatosság nem más, mint ahogy a mélység belülről kinéz. Ahogy a mélység növekszik, a tudatosság fokozatosan felébred, a Szellem fokozatosan kibontakozódik. Az, hogy az evolúció egyre nagyobb mélységeket hoz létre, azért van, hogy kibontakozzon, megvalósuljon az egyre nagyobb tudatosság. Minden új szint kibomlik, kifejlődik, és befedi, integrálja az előző szintet⁹. A Szellem transzcendál, létrehoz, beintegrál, és szereti azt. Eros és Agapé. Mivel az univerzumnak van értelme és iránya, nekünk is van. A Szellem minden mozzanatában, gesztusában, pillanatában értelem van. Mi is ennek az értelem teli folyamatban vagyunk, a gondoskodás és mély-érték, belső tudatosság folyamatában vagyunk. A Szellem munkálkodásának részei vagyunk mi magunk is. Az Isten nem valami külső, mitikus figura, aki irányítja az egész showt. Az sem igaz, hogy van valami olyan immanens istennő, aki elveszett az anyagban, a teremtményei formáiban. Az evolúció mind a kettő egyszerre: isten és istennő, transzcendencia és immanencia, maga a folyamat is az. Ennél is tovább megyünk. Mi emberek meg vagyunk hívva erre a folyamatra: a bennünk lakó Szellem invitál minket, hogy legyünk tudatosak erre az egész folyamatra, legyünk szuper-tudatosak, ébredjünk saját mélyebb öntudatunkra.¹⁰ A mélység a tudatalattiból felmerül az öntudatosba, onnan továbbfejlődik a szupertudatosba (személyes tudat felettibe, azon túlra), saját sokkoló felismeréseinek az útján. A végén, egy szép napon mint egység ébredünk fel.

A bölcsek azok, akik az evolúció csúcán állnak, az evolúció titkos impulzusát hordozzák, az ön-meghaladó hajtóerőt teljesen kibontakoztatott lények, egy fényugár csúcán lovagolnak, amely az Istennel való randevúra igyekszik. A Kozmosz az ő hangjukon át szól hozzánk, a

⁹ Angolban: "unfold and enfold" – kibomlik és betakar.

¹⁰ Ébredjünk fel, legyünk buddhák – "buddha" = a felébredett.

Szellem az ő szemükön át süt, ők mutatják meg a sorsunk szívét, lényegét, és mikor mindezt felismerjük, a mi hangunk válik a bölcsek hangjává, a mi szemünk válik a bölcsek szemévé, az angyalok nyelvén beszélünk. Felfedezzük saját, igazi arcunkat a Kozmosz tükrében. Identitásunk a mindenséggé válik, és többé nem vagyunk részei a világ áramlatának, hanem mi magunk válunk az áramlattá, a mindenség nem körülötted bontakozik ki, hanem benned, a Nap és a csillagok már nem kívül sütnek, hanem belül, a saját tudatosságunkból. Miután mindent meghaladtunk, mindent átölelünk, akkor a végső egész, a végtelen folyamattá válunk, mi magunk vagyunk az az Üresség, az a kitisztulás, amelyben az egész folyamat kibontakozhat. Az egész játék, az evolúció rémálma befejezetlen, ugyanott találsz magad, mint az egész show elkezdése előtt, ott vagy a Big Bang előtt, egy teljesen nyilvánvaló, hirtelen sok révén felfedezed a saját eredeti arcodat, azt az arcodat, amely már a Big Bang előtt megvolt, a tiszta Üresség arcát, amely minden teremtményen átmosolyog.

3. Fejezet: Mindez nagyon is emberi

Az alaptételek igazak az emberi fejlődéstörténetben is. Nézzük meg, hogyan! Az emberi fejlődésnek különféle szakaszai vannak, amelyek egy meghatározott fejlődést követnek, különböző egymásra épülő szintekkel – melyet már sokan kutattak. Ezek az archaikus, mágikus, mitikus, racionális és egzisztenciális kultúrák. Ezzel együtt jár az ezeknek megfelelő technológiai-gazdasági fejlődés is. Vadászó-gyűjtögető, állattartó, agrár, ipari és információs társadalmak. Tehát a gazdasági termelés, a világnézet, a vallás fajtái, a moralitás, a férfi és nő státusza (és mint később látjuk, a tudati fejlettség foka, a pszichológiai és spirituális szint) mind összefüggenek, korrelálnak.

Vadászó-gyűjtögetők

A nők gyűjtögetnek, és gyereket nevelnek, a férfiak vadásznak. Jellemző a női és férfi szerepek keveredése, és szigorú tabukkal tartják be a dolgokat. 1.400.000 volt az első ma ismert ilyen társadalom. Habermas szerint az ősembertől való elválás kritériuma nem az eszközök feltalálása volt, hanem a családdá válás, az apa szerepének a "feltalálása". Családban élő lény lett a hím, elkezdődött a tesztoszteron megszelídítése, ami a mai civilizáció feladata is. A "dugd meg, vagy öld meg!" biológiai parancsot a családi embernek át kellett értelmeznie. A núszféra (értelem) kialakulásban – amely a törzsek óta van, és ma is a jövőbe tart a globális társadalom felé – az első lépés volt a törzsek létrejötte.

A növénytermesztők

I.e. 10.000, mind keleten, mind nyugaton. Az ásóbotos kezdeti földművelők jöttek ezután. Ásóbottal a nők is tudtak dolgozni, amíg a férfiak vadásztak. Ezen társadalmak egyharmadában – nem meglepő módon – csak női istenségek vannak. Egyharmadában van vegyes női és férfi istenség. E társadalmakban a két nem státusza egyenlő volt, habár szerepük még tisztán elkülönült. Ezek voltak a matriarchális társadalmak. Nem anyauralom jellemezte, mert egyenrangúság volt, hanem inkább a nő, az anya volt a fókuszban. Minden ismert nagy Nagy Anya (Great Mather / Magna Mater) kultúra ebből a típusból származik.

Az öko-maszkulinisták a vadászó-gyűjtögető társadalmakra szeretnek hivatkozni, az öko-feministák pedig erre a növénytermesztőre esküsznek. Az evolúció minden szakasza a saját korlátozásai felé halad, ami aztán a kiváltó "ingere" lesz az ön-meghaladás szükségének. A belső korlátozások zavart, nyugtalanságot, káoszt jelentenek, és vagy összeomlik a rendszer, vagy meghaladja magát, és egy magasabb szintre jut. Minden evolúciós lépésért meg kell fizetni a váltást.

Agrártársadalmak

Az ekére való átváltás óriási jelentőségű volt. A nő nem tudott ekével dolgozni, a férfinak kellett ezt a munkát elvégeznie, aminek következtében a férfitől vált függővé a megélhetés. Ebben a társadalomban a férfiaknak rosszabb volt a helyzetük, mint a nőknek, habár azt gondoljuk – révén, hogy ezek patriarchális társadalmak –, hogy pont fordítva van. Az ilyen társadalomban nagyon polarizálódnak a nemek, az értékeik nagyon különböznek, ezért ettől

mindkét nem erősen szenved. Az ilyen kultúrában a legerősebb az effajta polarizáltság. Akárhon is voltak ezek a kultúrák a földön, 90 %-ban csak férfi főisteneik vannak. Ahol a nők dolgoznak a földeken, kapával, ott női istenek, ahol férfi dolgozik az ekével, ott férfi istenek vannak. Később a férfi/női polaritásnak transzperszonális jelentése lesz, de megvannak az ilyen kézzelfogható következményei is. A szociális kapcsolatok is a termelési erők körül alakultak ki, így a kormányzás, politika, hivatalos szféra a férfiak dominanciája alatt volt, a nő otthon "utódlík". Az ilyen társadalmak mind keleten, mind nyugaton i.e. 4000-ben alakultak ki, és az ipari forradalomig tartottak.

Ekkor jöttek létre a nagy katonai birodalmak, a felszabadult idővel együtt a felszínre tört a tesztoszteron "öld meg!" aspektusa, és i.e. 3000 évvel jöttek a cézárok, kánok, Sándorok és a többiek. Elkezdtek a törzsi tömörüléseket szociális rendekbe, birodalmakba szervezni. Később ezek adták át a helyüket a racionalitással és iparosodással jellemezhető modern nemzetállamoknak. Az agrártársadalmakban kialakult egy olyan társadalmi osztály is, amely a saját létezésén kezdett el gondolkodni – kontemplatív, elmélkedő, törekvő emberek jelentek meg, akik a Szellemet nemcsak a külső bioszférába helyezték, mint a korábbi mágikus társadalmak, és nemcsak a mitikus mennybe, mint a mitológikus késő-ásóbotos vagy korai agrártársadalmak. Ők a Szellemet már az "itt belül" területére, tehát a belső szubjektivitásba helyezték, pontosabban ott kezdték már felismerni. Ekkor született a meditáció és a kontempláció. Ekkor jelentek meg a bölcsek, mind keleten, mind nyugaton, kb. i.e. 600 évvel. Pl. Buddha, Patandzsali, Lao-ce, Konfuciusz, Szókratész, Platón, az Upanisadok bölcsei. Mind férfiak voltak – az agrárkorszaknak megfelelően. A férfi direktben beszélgetett istennel, a nő pedig a férjén át. A posztmodern spiritualitás egyik fő feladata a férfi orientált spiritualitás kiegyensúlyozása a megfelelő női formákkal. A tradíciókat nem érdemes eldobni, de újra kell értelmeznünk a dolgokat. Nem dobjuk el a kereket, mert férfi találta ki, hanem azon gördülünk tovább, de új irányokba. A férfi és női spiritualitás egyensúlyát kell az új korszaknak megalkotni.

Ipari társadalmak

A modern és a posztmodern kor jött a felvilágosodással, Descartes, Locke, Kant, és újfajta technikai fejlesztések jelentek meg. A mitikus világnézet a racionálisba ment át, a feudális termelési mód pedig az ipariba. A posztmodern a felvilágosodás utáni korszak az iparin túli, a jelenlegi az információs. A nemektől független gépek átvették a munkát, így megjelentek az 1800-as években a női feminista mozgalmak. Többé már nem a fizikai erő határozta meg a kultúrát. Az iparosodás felszabadulást hozott a férfi és a nő számára a nagy polarizációból, és a nemi szerepek kezdtek túllépni a biológiai adottságokon, meghaladták azt, és integrálták azokat (ami ma is tart). Az iparosodás hatása az ökológiai krízis lett, a modernitás egyik legnagyobb árnyoldala, aminek fő oka a tudatlanság. Csak akkorra válhat valóra az, hogy az ember a bioszférával összehangolja a tevékenységét, amikor már precíz tudományos pontossággal ismeri azt. Az egyszerű szem nem elég, ismerni kell a hatásokat, és összehangolni. A Mayák is azért buktak el, mert eltüntették maguk körül az őserdőket. Pusztán a természet tisztelete nem volt elég, tudás nélkül nem tudták fenntartani (de csak a tudással, a tisztelet nélkül sem tudjuk fenntartani – ford.). Kezdetben a nem tudás nem okozott nagy kárt, de mára a nem tudás az egész bolygó pusztulásához vezethet. Ma tartunk ott először, hogy a tudással felül tudunk kerekedni a tudatlanságon. Ha nem reagálunk erre a tudásra, akkor meghalunk.

4. Fejezet: A nagy posztmodern forradalom

Áttekintettük a korszakok technológiai-gazdasági alapjait. Nézzük most meg az ezeknek megfelelő világnézeteket! Az alaptétel nagyon egyszerű: a tudat különböző szintjein különböző világnézetek jelennek meg. Mindegyikről másképp néz ki, és más a világ. Ezek a világnézetek az archaikus, mágikus, mitikus, racionális és egzisztenciális, illetve ezek után következnek a magasabbak (de ezek kulturális szinten még nem jelentek meg – ford.).

Fontos megértenünk, hogy nem egy előre meghatározott, megalkotott Kozmosz van, amit az eltérő szinteken másképp látunk, hanem ahogy ezen fázisok megjelenésével a Kozmosz egyre inkább megismeri magát, *különböző világok* alakulnak ki.¹¹ Pont olyan ez, mint a makk és a tölgyfa. A tölgyfa nem a változatlan makk megváltozott képe. Nincs többé makk, sehol sincs. Tölgyfa van. A tölgyfa olyan komponenseket tartalmaz, ami teljesen új a makkhoz képest, abban nyomaiban sem található meg – levelek, szárak, gyökerek stb. Az eltérő világnézetek eltérő világokat hoznak létre, nem pedig ugyanazt a világot látják másképpen.

A posztmodern vízválasztó

A posztmodern szemlélet egy vízválasztó. A gondolkodás, megértés, tudás teljesen új módjait nyitotta meg. Azelőtt a felvilágosodás paradigmája uralta a gondolkodást, ez volt a modern korszak – newtoni, kartéziánus, mechanisztikus, a természet tükre és a reflektió paradigma. Ez elérkezett a saját korlátjaihoz, és mivel elavulttá, erősen korlátozottá vált, az emberek elkezdték keresni az alternatívákat. A felvilágosodás alapvető paradigmája a *reprezentációs* paradigmaként ismert. Ez a nézet úgy vélte, hogy egyik oldalon van a szelf, a szubjektum, a szemlélő, és a másikon az empirikus, érzékelhető szenzoros világ, mely eleve adott, kvázi előre gyártott (pl. a természeti törvények és a véletlen által – ford.). Létezik egy empirikus, tőlünk független világ, amit szép türelmesen fel lehet térképezni, meg lehet ismerni.¹² Az érvényes tudás a megfigyelhető, empirikus világ leírása, azaz térképezése volt. Valami akkor igaz, ha a térkép megfelel a valóságnak (pl. ha azt mondom, hogy a gyufa 35 mm hosszú, akkor ez igaz, mert "feltérképezhető", azaz megmérhető és annyi). A térkép lehet egy konkrét adat, vagy egy hipotézis, fogalom, táblázat, diagramm stb. Korábban atomisztikusan szemlélték a világot, később holisztikusan (minden egy nagy rendszer része, az elemek összefüggésben állnak), ekkor született meg a rendszerelmélet. Vegyük észre, hogy mindkét megközelítés hátttere ugyanaz a térképezős paradigma. Mi rossz van a térképezős paradigmában? Hisz folyvást alkalmazzuk az életben. Nincs benne semmi rossz, csak egyszerűen nagyon beszűkült és korlátozott. Az alapvető korlátja az, hogy kihagyja a térképezőt, nem veszi észre, hogy a térképrajzoló is befolyásolja a megrajzolt képet. Az összes posztmodern kritika erre ment ki: a "természet tükre" elképzelt (mármint hogy az objektív természetet leírjuk, térképezük, "tükrözzük") reménytelenül naivnak tartották. A kritikusok közé tartozott Kant, Heidegger, Foucault, Derrida, Nietzsche, Dilthey. A szelf, a térképkészítő nem egyszerűen egy élettelen, szürke valami, hanem saját jellemzői, fejlődése stb. van. A dolog ott kezdődik, hogy a saját állapota, hátttere, keretei meghatározzák, hogy egyáltalán mit

¹¹ Tehát nem olyan, mintha egy tájon utazva más és más színű napszemüvegeket tennénk fel, hanem inkább olyan, mintha más bolygókra utaznánk.

¹² Erről szóltak az iskolában a reál tárgyak – biológia, fizika, kémia, földrajz.

vesz észre, és hogy milyen lesz a rajz, amit a valóságról készít.¹³ Felismerték, hogy a kialakuló kép jóval kevésbé függ attól, hogy mi van ott valójában, mint a szemlélő személyes, szubjektív állapotától, élettörténetétől, kulturális kontextusától stb. A nagy posztmodern felfedezés az, hogy sem a "világ", sem a szemlélő, sem a szelf nem előre meghatározott vagy adott. Abból a felfedezésből aztán két posztmodern irányzat bontakozott ki, az extrém és a mérsékelt konstruktivizmus. Az extrém konstruktivizmus a "súlyos verzió"-ja az előre nem meghatározottságnak. Ha semmi sem előre meghatározott, akkor minden tetszőleges, minden csak a kultúra terméke, szociális konstrukció. Ez szélsőséges álláspont, ugyanis a világnézetek kialakítása nem teljesen önkényes és tetszőleges, hanem összefüggésben áll a Kozmosz áramlataival, és ezek az áramlatok behatárolják, hogy a kultúra mennyire lehet önkényes a jelentésalkotásban. Olyan világnézetet pl. sehol sem alakítottak még ki, ahol a férfi szül, vagy az alma felfelé esik. A világ pont ezért nemcsak kollektív hallucináció. Ebben a konstruktivizmusban van egy óriási rejtett ellentmondás, amely az összes multikulturalista posztmodern mozgalomra igaz. Mindenki véleménye és igaza relatív, kivéve az enyém, az enyém ugyanis univerzálisan igaz. Én tudom az univerzális igazságot, és ti, szegény fajankók mind relatívak és kultúrafüggők vagytok. Ezek az abszolút igazságok erősen hataloméhesek, és ideológikusak. Az extrém konstruktivizmus nem más, mint posztmodern nihilizmus: nincs igazság a Kozmoszban, csak néhány elképzelés, amit emberek egymásra erőltetnek. Ennek a háttere mélyen nárcisztikus: az igazságot figyelmen kívül hagyja, és az elméletalkotó egoját teszi be a helyére. Az amerikai egyetemeken ez az egyik fő mozgalom.

A konstruktivizmus másik formája ennél jóval mérsékeltőbb, és a legismertebb verziói fejlődés és evolúció orientáltak. Ezt képviselik többek között Hegel, Marx, Nietzsche, Heidegger, Gebser, Piaget, Foucault, Habermas. Ők azt ismerték fel, hogy a világ és a világnézet nem előre adottak, hanem a történelem során fejlődnek ki, így az aktuális történelmet vizsgálja, és azt, hogy mindez hogyan illeszkedik az evolúcióba. Az egyik legfontosabb felismerésük az, hogy az egyes evolúciós szakaszok egy idő után nem képesek a saját inherens korlátaik miatt tovább fejlődni. Ekkor zűrzavar és káosz keletkezik, amelyből úgy jut ki a rendszer, hogy egy magasabban rendezett mintába áll össze, egy következő evolúciós szinten, aminek ugyancsak megvannak a maga inherens korlátai, és ugyanez a folyamat fog megismétlődni ott is. Egy szint problémáját sosem lehet megoldani a saját szintjén, csak a szintváltással, a transzformációval.

(Wilber szerint.) A világnézet az elme, az alapja a test, és mind e mögött áll a Szellem. Testelmék alakulnak ki, és új világokat alkotnak, ahogy a Szellem a saját potenciáljait megnyilvánítja, nem is annyira Big Bang-ként, mint Big Bloom-ként (nagy virágzás). És minden fejlődési fázisban a világ másképp néz ki, mert *más is* – ez a nagy posztmodern felismerés.

A holnap határán

A legtöbb "új paradigma" beleesik a reprezentációs paradigma dualisztikus csapdájába – tehát, hogy létezik a világ, és az attól elkülönült ember, aki térképez. Ez egy nagyon finom csapda. A legtöbb új paradigma azt hiszi, ha az eddiginél jóval pontosabb térképet rajzol, az megoldja a problémákat – ilyen pl. a holisztikus rendszerelmélet.

¹³ Ha egy kamasz lányt megkérünk, hogy mondja el, mit látott a Moszkva-téren, valószínűleg pl. helyes fiúkról fog beszélni. Ha ugyanezt az embert 45 évesen kérjük meg, akkor lehet, hogy helyes kisgyerekekről számol majd be, a kamaszlányokat észre sem veszi. Az első esetben azt mondja, "Milyen izgalmas hely ez!", a másodikban "Milyen vidám kis hely ez!". Ugyanez az ember, ugyanaz a hely, más személyes állapot.

Hegel mutat rá, hogy a gondolataink nem pusztán a "valóság" leképzései, reflexiói, hanem a valóságnak a részei, maguk is a valóság folyamatos áramlásának elemei. A gondolat része annak a valóságnak, aminek a megismerésére irányul. A térkép része annak a valóságnak, amelyet ábrázolni igyekszik, nincs külön térkép és az előtte ott heverő valóság. E nézet nem tagadja a reprezentációs paradigmát, hanem arra mutat rá, hogy egy jóval mélyebb szinten a gondolat maga nem különíthető el a Kozmosz áramlásaitól, mert a gondolat maguknak az áramlatoknak is termékei és kifejeződései. Ettől az áramlattól sose tudunk elválni, a gondolataink se, hisz minden annak a kifejeződése. A Zen azt mondja, hogy ha valamitől el tudsz különülni, az nem az igazi Tao. A dolgunk nem más, mint rálelni erre a mélyebb áramlásra, erre a Taora, és kifejezni, megvilágítani, értelmezni és ünnepelni azt. Amíg csak a térképeink pontosításával foglalkozunk, addig nem ismerjük fel, hogy mind a jó, mind a rossz térképek egyaránt ugyanannak a Szellemlennek a kifejeződései. Az új paradigmák, pl. az öko-filozófusok továbbra is azt hangoztatják, hogy a természettől elváltunk. A nonduális, spirituális tradíciók éppen erre tanítanak bennünket, hogy nincs különválás, minden "annak" a kifejeződése, a Taonak, a Szellemlennek, és ez az, ami túlhaladja a kartézianus dualizmust. Mindez érthetőbb lesz, amikor a magasabb fejlődési szintekről fogunk beszélni. A mágikus kor sose hitte volna, hogy lerohanja a mitikus. A mitikus Istenségek nem hitték volna, hogy a ráció elsöpri őket. Ma nem tudjuk elképzelni, hogy a ráción-túli területek fenevadja már itt ólálkodik a környéken, és korog a gyomra. Rigid matematikai precízséggel elmondhatom, hogy egyik evolúciós szint sem marad meg, minden szakaszt meghalad, és magába foglal a következő, úgyhogy csatloljuk be az öveinket, rázós utunk lesz!

Transzcendencia és elfojtás

Az új szintek megjelenésekor sosem arról van szó, hogy az előző teljesen rossz, az újabb meg teljesen jó. Inkább úgy van, hogy a korábbi adekvát, az új még adekvátabb. A meghaladás és benne foglalás során mindig arról van szó, hogy az előzőhöz képest az új szinten új elemek jelennek meg, miközben a régiek azzal integrálódnak, nem tűnnek el. Pontosabb, adekvátabb, átfogóbb látásmód alakul ki. Magasabb világnézet azonban problémát is okozhat. Ahol a transzcendencia, meghaladás lehetősége fennáll, ott megvan az elfojtás lehetősége is. A magasabb nemcsak meghaladni és integrálni tud, hanem meghaladni és elfojtani, elidegeníteni, disszociálni is. Az újabb és újabb világnézetek kialakulásánál állandóan ügyelnünk kell a lehetséges elfojtásokra és disszociációkra. A Mayák például túlhaladták a vadászó-gyűjtögetőket, és agrártársadalmat hoztak létre egy sereg vívmánnyal, de ki is pusztították az őserdőket, amibe a végén behaltak. Túl messzire mentek, és disszociálódtak a bioszféráról. Nem differenciálódtak és integrálódtak, hanem disszociálódtak és elidegenedtek. Minden világnézet mikor megjelenik, megoldja az előző problémáját, de ugyanakkor máris ássa a saját sírját. Ez van ma a racionális világnézettel is, ez a "sírásós" szakasz. Az, hogy hogyan kezeljük ezt a problémát, az meghatározza, hogy milyen jövőt alkotunk magunknak. A racionalitás virágának levelei elhervadtak, és most hullnak lefelé, és itt a lehetőség egy új virág kinyílásának.

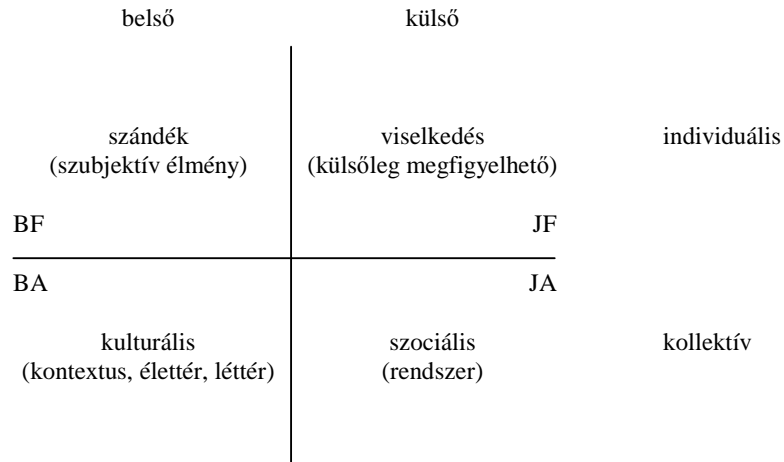
5. Fejezet: A Kozmosz négy sarka

Most tartunk a racionális, ipari világnézet végénél. Ennek meghaladásával olyan tudatállapotokra váltunk át, olyan tudatállapotokban fogunk létezni, amelyek meghaladják a pusztán racionalitást. Ezen tudatállapotok új technológiai és gazdasági rendszert vonnak maguk után, azoktól elválaszthatatlanok – mint később látni fogjuk részletesebben. A tudatváltozás épp ezáltal valósul meg széleskörűen! Amíg ez a technológiai-gazdasági-társadalmi-intézményi rendszer marad, addig ez a változás nem tud megtörténni (csak az egyének szintjén a meditációkban, elvonulásokban stb.). Önmagában egyik sem működik a másik nélkül – a társadalmi berendezkedés és a tudatállapot. Az új rendszerbe a racionalitás és az ipar is jelen lesz (meghalad-magába foglal elv), de nem mint fő, egyedüli, domináló létezés mód, hanem mint rész, komponens. Jóval kiegyensúlyozottabb, integráltabb, ésszerűbb, fenntartható állapotban lesz jelen, azáltal, hogy az új rendszer természetes határokat fog szabni a racionalitásnak és az iparnak. Ez az átalakulás már folyamatban van. A transzformáció új világnézetet hoz, új technológiai és gazdasági alappal, és az emberek identitása, énképe, a szelf, az én értelme átértékelődik. Mindez új viselkedésformákhoz fog vezetni.

A négy kvadráns

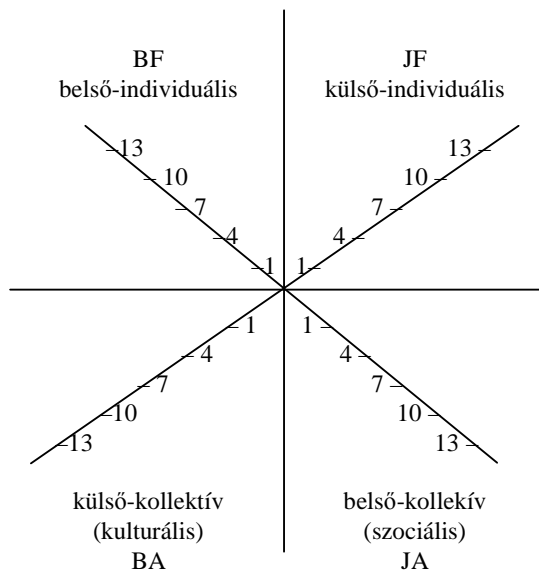
Úgy láttam meg a valóság kifejeződését négy kvadránsban, hogy rájöttem, minden rendszer, amit valaha megalkottak, rejtetten magába foglal egy holarchikus hierarchiát. Akár tud erről a szerző, akár nem. A holarchia mindenhol jelen van a világban, ezért eleve elkerülhetetlen, hogy egy leíró modellben, rendszerben ne legyen benne. Sok száz ilyen holarchikus térkép van szerte a világon, nyugaton, keleten, északon, délen, ősi és modern időkben. Ilyen található pl. a tradicionális tudományos rendszerekben, a holisztikusok nézeteiben, az ökofeministák, a mély-ökológia és a rendszerelmélet gondolataiban, vagy pl. a pszichológiai elméletekben – ego fejlődés, kognitív fejlődés, szelf-szükségletek modellje, védekező mechanizmusok stb. De ilyen van a Marxizmusban, a nyelvészetben vagy a komputerprogramozás területén is. Nem is beszélve a vallások és a spirituális rendszerek valóság- és tudattérképeiről. Először listát kezdtem csinálni ezekről a holisztikus valóságtérképekről – legyen az konvencionális vagy new age-es, keleti vagy nyugati, ősi, premodern, modern vagy posztmodern, tudományos vagy spirituális. Sok száz papír hevert körülöttem a szobában megtöltve ezen listákkal. Azt feltételeztem, hogy e sok ismeret mind egyetlen, közös holarchikus rendszernek a különböző kifejeződés-módjai, megnyilvánulásai. Arra számítottam, hogy mindezek összehasonlításával, a hasonlóságok és különbségek megvizsgálásával rátalálok a mögöttes, közös szálra, alap-holarchiára. Majd nyilvánvaló lett, hogy ez így nem megy. Sok hasonlóságot találtam, de sok olyan különbséget is, amivel nem tudtam mit kezdeni. A sok vesződések után megláttam a megoldást: négy nagyon eltérő fajtája van a holarchiáknak (mint látni fogjuk nemsokára, végső soron egyetlen végső holarchia van: a Szellem, de a jelenségek szintjén ez négy módon manifesztálódik egyszerre, szimultán a világban, négy "arca" van). Ebbe hirtelen minden beleillett, megtaláltam a kulcsot. Rájöttem, hogy ez a négy kvadráns hogyan kapcsolódik egymáshoz: az egyik a holonok belső, a másik a külső oldalával foglalkozik. Mindkettő lehet individuális vagy kollektív, így jön ki a 2 x 2, vagyis a négy kvadráns. Belső/külső – individuális/kollektív. Ez a négy dimenzió, aspektus minden holonban benne van, ez a kozmosz négy sarka, a realitás négy alapköve, a valóság négy arca. A belső-individuális kvadráns (BF – bal felső) jelenti az intenciókat, a belső-kollektív (BA – bal alsó) a kulturális

aspektust, a külső-individuális (JF – jobb felső) a viselkedést mutatja, a külső-kollektív (JA – jobb alsó) pedig a szociális aspektust (3. ábra).



3. ábra. A négy kvadráns.

Mind a négy kvadránsban holarchia van, azaz evolúció, egymásra épülő és egymásba ágyazódó (az alsóbb a felsőbbe) fejlődési szintek, amelyeknek néhány törvényszerűségét az alapelveknél tárgyaltuk. Ezt fejezi ki a 4. ábra, ahol a fejlődési szinteket számok jelölik. A bal felső kvadráns 4. szintje megfelel a többi kvadráns 4. szintjének is – ezt mindjárt példa segítségével fogjuk megérteni. Természetesen a 13 szint csak vázlatos leírás, és a nyilak jelzik, hogy folytatódik tovább. Durván azt mondhatjuk, hogy a BF kvadráns területén vannak a spirituális rendszerek, lélek és tudat fejlődésével foglalkozó dolgok, a pszichológia azon területei, amely az egyéni élménnyel foglalkozik. A JF kvadráns a leíró tudomány területe – amit egy ember kívülről meg tud figyelni és leírni, a pszichológia külső-megfigyelő részei, pl. az agyi aktivitás leírása. A BA mezővel a kulturális antropológia, a történelem foglalkozik, pl. a JA-val pedig a szociológia, politika.



4. ábra. Evolúciós fejlődési szintek a négy kvadránsban.

Az egyes kvadránsokban a holarchia példaként szereplő fejlődési szintjei a következők (1. táblázat).¹⁴

Bal Felső Belső-Individuális	Jobb Felső Külső-Individuális	Bal Alsó Belső-Kollektív	Jobb Alsó Külső-Kollektív
Transzperszonális, spirituális tudatállapotok			
13. víziológia	13. SF3	13. kentaur	13. planetáris, globális információs
12. formop (formális műveletek)	12. SF2	12. racionális	12. ipari, nemzetállamok
11. conop (konkrét műveletek)	11. SF1	11. mitikus	11. agrár, birodalmak/korai államok
10. fogalmak	10. komplex neokortex	10. mágikus	10. ásóbotos, törzsek/falvak
9. szimbólumok	9. neokortex (új-agykéreg)	9. archaikus	9. vadászó-gyűjtögető, törzsek
8. érzelmek	8. limbikus rendszer	8. tiphonikus	8. csoportok, családok
7. impulzusok	7. hüllők agytörzse	7. uroborikis	7. csoportok, családok
6. percepció	6. gerinc-ideg	6. –	6. munkamegosztással bíró állattársadalmak
5. érzékelés	5. ideggel rendelkező szervezetek	5. mozgásos	5. munkamegosztással bíró állattársadalmak
4. –	4. eukarióták	4. vegetatív	4. heterotróp ökoszisztémák
3. inger-érzékenység	3. prokarióták	3. protoplazmikus	3. Gaia rendszer (a Föld-bolygó rendszere)
2. –	2. molekulák	2. –	2. bolygók
1. vonzás, megragadás	1. atomok	1. fizikai-pleromatikus	1. galaxisok

1. táblázat. A négy kvadráns fejlődési szintjei.

Most megmagyarázom mindezt egy példával. Hasonlítsuk össze a szándék és a viselkedéses kvadránsokat! Ha megfigyeljük, hogy a JF mezőben milyen holarchia épül fel, akkor tipikusan olyan fejlődési szakaszokat kapunk, amelyeket jól ismerünk a hagyományos biológia könyvekből, tehát a következőt kapjuk: atomok, molekulák, prokarióták, eukarióták stb. Mint tudjuk, mindezek magukban foglalják az alattuk levő szinteket, de olyan új dolgokat tesznek ahhoz, ami definiálja a saját egyéniségét, újdonságát, tehát igazak rájuk a holon alapelvei. Ez a holonok külső megnyilvánulása, amit kívülről, empirikusan meg lehet ismerni. Pl. egy tudományos szövegben azt találjuk, hogy "limbikus rendszer" (az érzelmekért, ösztönökért, motivációkért felelős központi idegrendszeri struktúra), és megtaláljuk ennek az összetevőit, biokémiáját, működését részletesen leírva azt, hogy hogyan alakult ki, hogyan kapcsolódik más agyi területekhez. Azt is leírják, hogy az alapvető érzelmekért felelős terület – agresszió, vágy, éhség stb. (ezt tanuljuk pl. az egyetemen a pszichológia szakon). Az érzelmekről nem írunk, mert ez már a belső tapasztalás területe – a jobb felső kvadráns. Ez a limbikus rendszer

¹⁴ Az eredeti könyvben mindezt az ábrára írták, én nem tudtam így megszerkeszteni – e vázlatos gyorsfordítás keretében –, ezért jelöltem vázlatosan számokkal az ábrán, és utána táblázatban közlöm a hozzá tartozó szavakat. Ennek az ábrázolásmódnak viszont az az előnye, hogy egymás mellett láthatjuk a négy kvadráns megfelelő szintjeit, így közvetlenül látjuk az összefüggéseket. Ahol nincs megnevezés (–), azt Wilber sem nevezi meg.

belső élményének, tapasztalásának a területe. Ezt, az érzelmekre való tudatosságot, azok élményét, "ízét" már nem találjuk a tudományos leírásokban, mert ez kívülről nem megfigyelhető, ez csak belülről élhető át és fejezhető ki. Ezt megtaláljuk a művészetben, pl. zenében, költészetben vagy a spirituális tradíciók leírásaiban, azok útikalauzaiban a belső területeinkre (ezt az egyetemen, a pszichológia szakon nem tanítják). Az a holon tehát, ami kívülről limbikus rendszernek látszik, az belülről érzelmekként és az arra való tudatosságként jelenik meg.

Mikor egy agykutató pszichológus jól érzi magát, mikor úgy érzi, mélységesen meg van elégedve, és öröm tölti el, akkor nem azt mondja, "De jó kis limbikus napunk van ma!", hanem leírja az élményeit a maga szubjektív, személyes módján, pl. "Csodálatosan érzem magam! Milyen nagyszerű élni!" A bal felső kvadráns tehát azt írja le, hogy a belső tudatosság szempontjából, szubjektívan hogyan tapasztalható a holon. Láthatjuk, hogy a környezeti ingerekre való érzékenység a 3. szinten jelenik meg, amikor a sejtek megjelennek a világban. Az érzékelés szubjektív élménye az idegekkel, az észlelés pedig a gerinc-ideg kifejlődésével jelenik meg. Az impulzusok, készletések az agytörzssel jelennek meg, az érzelmek pedig a limbikus rendszerrel, a fogalmak, szimbólumok és a gondolkodás pedig a nagyagykéreggel stb. A bal oldali kvadráns evolúciója a tudatosság evolúciója, a szubjektivitás, a jobb oldali a megfelelő külső forma, megjelenés, objektivitás evolúciója.

A mi kultúránkban a jobb felső kvadráns a legismertebb, a hagyományos, sztenderd, objektív, empirikus tudományos megfigyelés-leírás, azaz térképezés tevékenysége, nyugaton ez terjedt el az elmúlt időkben.

Nézzük meg most a kulturális és a szociális kvadránsokat! A bal alsó sarok a kollektív terület. Az individuális holonok csak közösségekben léteznek, méghozzá hasonló holonok közösségében. A holonok közösségi aspektusának is van belső és külső megnyilvánulása, ami a bal alsó és bal felső oldal. A kulturális arra vonatkozik, hogy milyen értékeket, identitást, jelentést adunk a dolgoknak a közmegegyezés alapján. Ez mutatja a kollektív világnézetet (az egyén világnézete a kollektív által meghatározott), ami meghatározza, hogy minek milyen jelentést adunk – pl. hogy egy szellemi, spirituális élményt (bal felső kvadráns) hogyan értelmezzük! A jobb alsó, a szociális ugyanennek a külső része, a közösség anyagi (pl. építészet, használati tárgyak), gazdasági, technológiai, intézményes formáit, szimbólum-rendszerét (pl. írásmódja) mutatja meg.

A négy kvadráns nemcsak humán területen jelenik meg, hanem non-humán területeken is. Pl. a kvarkok a tudat egy bizonyos mélységét képviselik, és a környezetük egy szűk tartományára reagálnak, minden más idegen a számukra – ez az ő kultúrájuk. A farkasok környezete, élettere, léttere, amiben élnek emocionális jellegű. Limbikus rendszerrel bírnak, ennek megfelelően emocionális alapon szervezik meg a kultúrájukat, és ami ezen kívül áll, azt nem képesek felfogni, az nincs a tudatukban. Ha felolvassom nekik a Hamletet, akkor csak egy vacsorát látnak maguk előtt néhány emészthetetlen dologgal, amit ki kell köpni. Nálunk, embereknél is ugyanez van. Van egy tudatállapotunk, az annak megfelelő kultúra, élettér, létér, világtér, ebben látunk, és ebből nem látunk ki.¹⁵ Az embernél beintegráltan megvannak a korábbi evolúciós szintek – a sejtek ingerérzékenysége, ösztönök, érzelmek és az új sajátos emberi dimenziók – a fogalmi gondolkodás és műveletek, amellyel egy új világtér bontakozott ki a számunkra.

A kulturális világtérben nagyvonalakban a következő fejlődést látjuk: fizikai, vegetatív, a hullók uroborikus szintje – tudja, hogy létezik, de nem tud magáról mint a világtól elkülönült különálló lényről (mint a csecsemő egy hónapos korában), majd limbikus érzelmi szint, ahol a

¹⁵ A magasabb tudati-, spirituális élmények során éppen ebből tágulunk ki egy nagyobb világtérbe, akkor látjuk meg, hogy mennyire beszűkülten voltunk az újonnan megélt világhoz képest.

lény már a világtól különálló saját testét tapasztalja, és tudatos az érzelmeire is. Majd az emberi szint következik – az archaikus, mágikus, mitikus és racionális szintek a maguk világnézetével, világtérrel és az előttünk álló magasabb (transzperszonális, spirituális) szintek. Mindezen szintek magukkal vonzzák a rájuk épülő kultúrákat, szociális struktúrákat. A prokarioták a Földet behálózó rendszert alkották meg, az eukarioták ökoszisztémákat, a később megjelenő állatokkal pedig a társadalom és a munkamegosztás fejlődik ki – pl. hangyák. Ezt az idegrendszer teszi lehetővé. Ezután jöttek létre az ősemelősök csoportjai, családjai, majd a humán formák – törzsek, falvak a szimbólumhasználattal és mágikus világnézettel (a környezetben, természetben rejtőző szellemek, istenek), agrárbirodalmak a fogalmi rendszerek használatával és mitikus világnézettel (az égben ülő Isten vagy istenek), és az ipari és információs államok racionális világnézettel. Legújabbban jelent meg az információs társadalom, amely a globális szövetség felé tart.

Fontos tehát megértenünk, hogy a négy kvadráns adott szintje (mondjuk a 3.) nem négyféle ugyanazon a szinten levő holont mutat, nem is egy holon különféle helyeken való felbukkanását jelenti, hanem egyetlen holon négy arcát, a Szellem megnyilvánulásának adott kibontakozási szintjét (3.) és az abból fakadó jelenségeket a Kozmoszban (belsőleg megélt tudatélmény, látható forma / külalak, kultúra és együttléti szociális mód).

Nézzük meg, hogyan jelenik meg egy holon egyszerre mind a négy helyen!

A gondolat is egy holon. Felmerül bennem az a gondolat, hogy el akarok menni a zöldségeshez. A gondolat felmerülésének pillanatában magát a gondolatot tapasztalom, illetve a hozzáfűződő belső képeket – ez a jobb felső. Ugyanakkor az agyamban változás áll be, növekszik a dopaminszint, acetilkolin választódik ki, és növekszik a béta-hullámok aktivitása. Ez a jobb felső, külsőleg, tudományosan megfigyelhető történés. Azonban egy gondolat nem létezik, csak kulturális háttérben, kontextusban – ez a bal alsó kvadráns. Egymillió éve ez a gondolat nem létezhetett, de ugyanúgy nem létezik más nyelvben, más kultúrában (vagy gondoljunk pl. a magyar versus bolgár fejbólintás jelentésére – ford.) Nem tudnék magamhoz beszélni a fejemben, ha nem olyan egyedek társadalmában élnék, akik szintén beszélnek hozzám. A kultúra képezi az egyén gondolatának intrinzik hátterét. A kultúra azonban nemcsak egy elvont, elméleti dolog, hanem konkrét materiális megjelenése van, mégpedig a szociális rendszer és a minket körülvevő tárgyak formájában. A négy kvadránsban egyik sem oka a többinek – vagy mindegyik oka a másoknak. A lényeg, hogy kölcsönös függésben és összefüggésben állnak, mindegyik hat a másikra, egymást determinálják. Mindegyik kvadráns ok is, és okozat is. Nem mondhatjuk, hogy az egyik miatt van a többi, de bármelyik változása a többiét vonja maga után.¹⁶ A kulturális világnézet meghatározza például, hogy miket gondolok, miket élek át, mire nyitom meg magam, mitől tartózkodom, és ezzel párhuzamosan, hogy mi történik az agyamban, idegrendszeremben (pl. nyugaton bezárom magam a spirituális dolgok felől, hallani se akarok róla, és ha valaki erről beszél, szorongok – azaz elzárom magam elől az endogén opiát nagyobb megnyitását – öröm, extázis hormon –, és szorongás-hormonokat adagolok magamnak ehelyett – ford.).¹⁷ A Szellem nemcsak elvontan létezik,

¹⁶ Ez a karma törvénye – a jelenségek "interdependenciában", azaz kölcsönös függésben vannak egymástól, így okai egymásnak.

¹⁷ Egy szemléletes példával könnyen átláthatjuk, hogy a mindennapi életünk ebben a társadalomban hogyan kódol, tart benne a spirituális előtti, racionális tudatállapotban. Mikor elmegyünk otthonról, bezárjuk az ajtót, legalább egy, de gyakran két vagy három zárral. Van, aki még azon is gondolkodik, egyre avagy kettőre zárja, esetleg még egyszer visszamegy leellenőrizni. A zár egy konkrét technikai eszköz, ami a kultúránkból származik (jóllehet ősidók óta) – nem bízunk egymásban. Ezzel azt az előfeltevést, hiedelmet erősítjük meg magunkban, hogy a világ veszélyes, nem lehet bízni az emberekben, félni kell a betörőktől (természetesen mindez nem tudatosan zajlik). Ez ugyanaz a belső alaphiedelem, ami miatt aztán nem hiszünk egymásnak, illetve kétségeink vannak, és nem tudjuk, végül is kiben bízunk, és önmagunktól is félünk már, hogy mikor mi fog előtörni

nemcsak mint "magasabb szelf" vagy "Gaia" (vagy az Isten a felhőkön túl a mennyben – ford.), hanem ebben a négy kvadránsban manifesztálódik egyszerre.

A négy kvadránst, ha egyszerre látjuk, akkor rájövünk, hogy a patológiák csupán egy jéghegy csúcsai, amely magába foglalja a világnézetet, a szociális struktúrát, a kulturális tényezőket stb.¹⁸ Ebből a szemszögből az egyéni terápia nem fontos, nem lényeges, mert nem ott dől el a dolog, sőt sok szempontból szinte másodlagos. Ha az egyik kvadránsban zavar van, patológia jön létre, az mind a négy másik kvadránsban szimultán megjelenik, átgombolódik. Pl. ha egy társadalom a termelés elidegenedett módját választja, és a szolgáltnak alacsony bért fizet, dehumanizálja a munkát, akkor ez megjelenik az én-kvadránsban mint alacsony önértékelés a munkásoknál, a jobb felső területen, pedig olyan biokémiai agyi működéssel, ami felmondja a szolgálatot, ettől megnövekszik az alkoholfogyasztás mint gyógyító próbálkozás az agy kémiai egyensúlyának visszaállítására – ez jobb alsó sarok mutatója. Az a kulturális világnézet (bal-alsó), amely a nőket értéktelennek tekinti, az a női oldalunk elnyomását, megnyomorítását eredményezi (bal-felső), ami elvezet a Prozac-ot¹⁹ használó agyi állapothoz (jobb felső).²⁰

Hogyan fog megjelenni és manifesztálódni ebben a négy kvadránsban a most küszöbön álló világalakulás, transzformáció? Milyen a magasabb szelf, éntudat, milyen a magasabb agyműködés? Milyen lesz a magasabb kultúra, és hogyan fog ez kibontakozni egy magasabb, fejlett szociális, társadalmi rendszerben, szociális intézményekben, gazdaságban, termelésben a hétköznapi életben és technikai eszközeinkben. Hogyan tudjuk elősegíteni ennek a kibontakozását úgy, hogy nemcsak az egyik kvadránsra fókuszálunk – nemcsak a magasabb énünkre, vagy nemcsak Gaiára és az ökológiára, vagy nemcsak a globális társadalomra? A transzformációnak mind a négy helyen kell megjelennie, és ha mi csak a kedvec kvadránsával törődünk, és a többieknek azt magyarázzuk, hogy miért nálunk van a megoldás és az új paradigma, akkor a transzformációból kimaradunk, lemaradunk a vonatról, nem fog megtörténni bennünk.

belőlünk. Mivel ez az alaphiedelmünk, ez is valósul meg a világban, hisz így állunk egymáshoz. Ennyire összefonódik a tudatállapotunk, a kultúránk és a technológiánk.

¹⁸ Ismert tény a pszichológiában, hogy a század elején más lelki zavarok voltak divatban. Freud idején a hisztis nők voltak többségben, ma ilyen már kevés van, de előtűntek a hasadt személyiségűek, belőlük ma van sok.

¹⁹ Prozac – manapság általánosan elterjedt hangulatjavító gyógyszer, amit lehangolt embereknek adnak.

²⁰ Ez a bekezdés a 9. fejezet elején szerepel – ott visszautalok ide. Úgy láttam, e vázlatos fordításban ez az áthelyezés jobb megértést tesz lehetővé.

6. Fejezet: Isten két keze

Most a jobb (kvadránsok) és a bal (kvadránsok) megközelítésről lesz szó. Az igazságot akkor látjuk meg, ha mind a két oldalt egyszerre vesszük figyelembe – ekkor kezdünk összehangolódni a kozmosszal, ami kozmikus tudatosságot eredményez. Először alaposan meg kell értenünk a kétféle igazságot, hogy a végén elkezdjen működni bennünk a dolog. Ezek az igazságok a kulcsok a belső, a transzcendentális dimenziók felé. A négyféle igazság (jobb és bal = 2) a Szellem négy arca, ahogyan az beragyogja a manifesztált világot. Eddig az igazságkereső emberek zöme a négy kvadráns egyikét képviselte, és kizárólag abból a nézőpontból látta a valóságot. A négy kvadráns tehát két fő részre osztható: a külső és a belső dimenzió. A külsőt vizsgálva lehetetlen meglátni a belsőt – a klasszikus elme-agy vagy test-lélek problémája ez. Az agykutató vizsgálja az agyat, kívülről szemléli, méricskél, felvagdós, magában monologizál (mormolja az adatokat, gondolatokat, megtanult ismereteket). Ha meg akarja tudni a belső aspektusát is az agynak, muszáj kinyitnia a száját és szóba állnia azzal, akinek az agyát vizsgálja. Más szóval interszjektív kommunikációt kell kezdenie, a bámuló-monologizálás (nézem és magamban mondogatom a gondolataim, vagy leírom őket – az empirikus megközelítés tudomány) helyett.

A belső oldalt csak kommunikációval lehet megközelíteni, interszjektíven, objektív módon nem. A felszínt vizsgálva nem, a mélységek felderítésével igen. A Föld összes eddigi igazságkeresése mind e két megközelítés valamelyik változata – mind keleten, mind nyugaton. Belső versus külső, bal versus jobb. A pszichológiában ez Freud versus Watson, a filozófiában Heidegger versus Locke, a szociológiában Weber versus Comte, a nyelvészetben hermeneutika versus strukturalizmus, a teológiában Augusztinus versus Szent Tamás. Ez mindig vitához és háborúskodáshoz vezetett mind a mai napig. Szükséges megértenünk, hogy nem az egyik vagy a másik az igaz, hanem mind a kettő. A magasabb spirituális szintekre úgy juthatunk csak el, ha mind a két irányt számításba vesszük – a megoldás ugyanis nem a pártra-állás, hanem mindkettő meghaladása és integrálása magasabb szintbe.

A jobb oldal kulcsa a bámuló-monologizálás, az empirikus megfigyelés az érzékszervekkel, vagy azok kiterjesztésével és a látottak leírása. Ezek mind felszínek, mind láthatók, és a térben meghatározott helyük van, az ujjunkkal rá tudunk mutatni. Nem kell hozzájuk beszélni, nem kell szóba állni, kommunikálni velük, nem szükséges belépnünk a tudatukba, dialógusba elegyedni. Az objektív viselkedésüket tudjuk leírni. Ebben a megközelítésben nincs semmi rossz, azonban tudnunk kell, hogy ez nem a teljes valóság – annak csak az egyik fele. A felvilágosodás korszaka ezt a szemléletet, ideált hozta be a civilizációba, hogy a dolgok pusztán empirikus térképezése mindent megmond a dolgokról, így a térképkészítő magára maradt, és kimaradt a történetből. A térképkészítő tudata, belső gondolatai, értékei, lelke nem szerepelt az életben. Két-három évszázaddal később – nem meglepő módon – arra a rémálomra ébredt a térképkészítő, hogy olyan univerzumban, világban él, ahol nincsenek értékek, nincsenek célok, nincs értelme a dolgoknak, nincs mélység, nincs minőség – helyette a bámuló-monologizálás van.²¹

A bal oldali jelenségek tértől függetlenek, nem lehet rájuk mutatni a térben. Hol van a féltékenység, a büszkeség, a tudat, az érték, a szándék, a vágy? Az, hogy nem tudunk az

²¹ Vegyük észre, hogy ez nemcsak a tudósokra vonatkozik, hanem mindannyiunkra. Ez az alapszemléletünk – pl. utazunk a buszon, metrón, vagy beszélgetünk valakivel, és önkéntelenül is véleményezzük a másikat, belső monológot mondunk a másiktól önmagunkban, mintha csak tudományos leírást, megfigyelést végeznénk. Önmagunkhoz is így viszonyulunk.

ujjunkkal rámutatni, nem azt jelenti, hogy nem valóságos, csak annyit jelent, hogy nincsen téri helye, és nem érzékszervekkel vagy az azokat segítő, kiterjesztő technikai segédeszközökkel látható. Hogyan lehet ezeket a belső dolgokat, mélységeket megközelíteni, látni? Interpretációval és értelmezéssel. Minden jobb oldali megközelítés az érzékelés és észlelés által látható, minden balkezes az értelmezés által. Ahhoz, hogy megértsd, mi van bennem, beszélünk kell, és neked értelmezned kell, amit közlök. A mélységek nem ülnek a felszínen, nem lehet őket meglátni, ki kell őket kommunikálni, majd értelmezni. A jobb és a bal összefoglalásaként azt mondhatjuk, hogy a felszín látható, a mélységet pedig értelmezni kell. A jobb azt kérdezi, mit csinál a dolog, a bal azt, hogy mit jelent. Isten jobb és bal kezéről van szó, arról, ahogyan a Szellem egyszerre megnyilatkozik a világban. Ahhoz hogy megértsük a dolgokat, mindkét oldalra szükségünk van.

A bal kezes pszichoterápiák "dialógus terápiák". Az illető megtanulja értelmezni és megérteni a belsejében levő dolgokat, saját mélységeit. A jobb kezes terápiák pl. a biológiai terápiák, a pszichiátria, amelyekben a pácienset gyógyszerezik a tünete alapján, de nem beszélgetnek el vele. Ilyenek a behaviorterápiák is. A jobb kezes terápiákban a páciens jelenlétére nincs is szükség, nem érdekes, hogy mi zajlik benne, mit akar, mit gondol, mit érez – nem kérdezik meg tőle (illetve ha meg is próbálja elmondani, gyakran leállítják – ford.).

Az 5. ábra a négy kvadránst képviselő néhány híresebb személyt, illetve ismeret-területet mutat be (a bal oldali kettő a "bal kezesek", a jobb oldali kettő a "jobb kezesek").

BAL KEZES UTAK <i>értelmező hermeneutika Tudatosság</i>	JOBB KEZES UTAK <i>monologizáló empirikus, pozitivista Forma</i>
Freud C.G.Jung Piaget Aurobindo Plotinus Guatama Buddha	B.F.Skinner John Watson John Locke empiricizmus behaviorizmus fizika, biológia, neurológia stb.
Thomas Kuhn Wilhelm Dilthey Jean Gebser Max Weber Gadamer	rendszerelmélet Comte Talcott Parsons Karl Marx Gerhard Lenski

5. ábra. A bal kezes és jobb kezes megközelítések és az azokat képviselő néhány híres személy.

A szociológiában az értelmező interpretatív irány a kulturális jelenségeket belülről próbálja megérteni, a naturalisztikus, empirikus szociológia a szociális rendszert, struktúráját vizsgálja kívülről. Az első azt kérdezi mit jelent, a második azt, hogy mit csinál. Az elsőnél meg kell tanulni a nyelvet, oda kell menni, szóba kell állni az emberekkel, esetleg huzamosabb időt kell ott tölteni (pl. a kulturális antropológia fő módszere, a résztvevő megfigyelés, amely során az antropológus hónapokig vagy évekig él együtt a közösséggel, így belülről, "saját bőrén át" érti meg azt (ford.). Meg kell érteni, mit jelentenek a gyakorlatok, bele kell érezni a jelentésbe.

Ilyen megközelítése volt Webernek, Heideggernek, Dhiltheynek, Thomas Kuhnnak. Az empirikus szociológia külső megfigyeléssel dolgozik – születési ráta, népszámlálás, mutatók, statisztika, demográfiai adatok stb. Mindezt el lehet úgy végezni, hogy szóba se állunk az emberekkel, esetleg oda se megyünk, csak feljegyzéseket nézünk át. Ide tartozik pl. Comte, Marx, Lenski stb.

Vegyük példának a hopi indiánok esőtáncát. A bal kezes megközelítő kíváncsi, hogy mit jelent az embereknek a tánc, mi az értéke, miért tartják fontosnak, és mint résztvevő megfigyelés kutatják. Odamennek, táncolnak, átérzik, elbeszélgetnek róla a többiekkel stb. A jobbkezes megközelítő azt nézi, mi a tánc funkciója, mi a szerepe ennek a viselkedésnek, nem foglalkoznak azzal, mit mondanak a helyi emberek. Pl. a tánc funkciója lehet a szociális összetartás, a szociális kohézió, összetartó erő megteremtése.

Hermeneutika

A hermeneutika az értelmezés tudománya. Ha egy szöveget értelmezünk pl. azt tehetjük jól is, avagy rosszul is. A Hamletet értelmezhetjük úgy, mint egy jó adag tintát egy sereg papíron, de ha a Hamlet jelentését akarod megtudni, akkor el kell olvasnod, és értelmezned kell azt. Ha pl. úgy találsz, hogy a háború örömeiről szól a mű, akkor rosszul értelmezed. Van tehát jó és rossz értelmezés, az értelmezésnek érvényességi kritériuma van. Az értelmezés nem pusztán egyéni fantázia, és nem teljesen önkényes. Az ugyanazon dologgal foglalkozó emberek csoportja adja azt a keretet, amihez képest egy értelmezés helyes vagy helytelen. Az értelmezés tehát mindig kontextusfüggő, ez szabja meg, hogy melyik jelentés a helytálló. A kontextus azonban más kontextusokban létezik, ez adja ki a hermeneutikus kört. A kontextus is egy holon, így végtelen kontextus van – mint ahogy végtelen sok holon ágyazódik egymásba. A nonhumán holonoknak is megvan az értelmezési oldaluk. Ha a kutyával interakcióba lépünk, van egy közös kommunikációs terünk – az emocionális, tipikus világunk, így meg tudjuk érteni őt is. Egy holon minél alacsonyabb szintű, annál kevesebb mélysége, tudatossága és belső aspektusa van, és annál nehezebb értelmezni. A közös világtér képezi a közös kontextust, pl. az érzelmi szféra – az előző példa esetében. A kukacokkal az élet és éhség jelentését osztjuk meg, a kővel pedig a tömeg és a gravitáció a közös belső vonásunk. Minél lejjebb megyünk, annál kevesebb közösen osztható dolgot találunk. Ezek alapján is láthatjuk már, hogy nincs egy előre legyártott világ körülöttünk, amelyet a tudós módján bámuló-monologizálással egyszer csak teljesen felfedezünk, és észreveszünk (téves az az elképzelés, hogy csak idő kérdése, és a tudománnyal mindent megismerünk). A bámuló-monologizálással megismert világ mellett a másik három dimenzióban másfajta világ tárul fel.

Spirituális értelmezés

A spirituális átalakulás, élmény esetén hogyan értelmezzük a dolgokat? Miután megtapasztalunk egy-egy ilyen állapotot – pl. Buddha- vagy Krisztus-állapotba kerültünk, vagy egy jungi archetípust, a kundalini erőt, vagy angyalokkal, ufókkal való találkozást éltünk át – és aztán kijövünk belőle, értelmeznünk kell azt. Az értelmezés nem egy másodlagos, elhanyagolható dolog, nem is ideologizálás (bár azzá válhat – ford.). Nagyon is lényeges, hogyan értelmezzük az élményeinket, ugyanis ez alapján fogunk másokhoz, magunkhoz és a további fejlődéshez közelíteni. Meghatározza tehát azt is, hogy a jövőben hogyan fogunk mindezekhez viszonyulni. Ahogy Hamlet esetében is, a belső magasabb élmények, a belső

fény megtapasztalását is értelmezhetjük jól vagy rosszul. Visszajövünk az élményből, és ugyanúgy testünk, mentális rendszerünk van, mint előtte, és ha nem tudjuk adekvátan értelmezni az átéléteket, nem tudjuk integrálni a lényünk többi részébe, könnyen megőrülhetünk, vagy félremehetünk. Manapság nagyon sok embernek van ilyen spirituális élménye, de sokan rosszul értelmezik azt. Maga a téves értelmezés vagy az értelmezés kerülése képezi a további fejlődés, átalakulás, megtapasztalás akadályát. Mi lehet ilyen esetekben rossz értelmezés? Mint már említettük, az értelmezés egyik fő jellemzője, hogy kontextus-függő. Ha egy spirituális élményünket akarjuk értelmezni, akkor biztosnak kell lenünk abban, hogy a kontextus, amelyben értelmezzük, a lehető legteljesebb legyen. Mind a négy kvadránsban értelmezni kell – ehelyett az emberek zöme általában csak egy kvadránsban értelmezi az élményeit, ott is csak egy szinten – ekkor elvész az élmény teljessége is, elsorvasztjuk, megnyomorítjuk azt.

Az egyik nem teljes vagy téves értelmezés az, amikor a bal felső kvadráns szempontjából értelmezzük az élményünket, és azt mondjuk, hogy az önmagunk magasabb részével találkoztunk, azzal léptünk egységbe. A többi kvadránst önmagunk nárcisztikus kiterjesztésének véljük – "a világ én vagyok, bennem van". A new age mozgalmak tele vannak ilyen csak-szelf értelmezésekkel. Kizárólag a jobb felső sarokból értelmezve azt gondoljuk, hogy mindez csak az agyunk eltérő működésének a következménye, biokémiai hatás. Ez csak a szer hatása, vagy ez csak azért van, mert thétába ment az agyunk stb. Ekkor szintén figyelmen kívül hagyjuk a kulturális és szociális oldalt, nem is beszélve a belső állapotokról. A jobb alsó sarokból értelmezve – az ökológus szemléletűek kedvenc helye – úgy fogjuk gondolni, hogy a végső valóság az Gaia, a bioszféra, és mindenki pusztán egy sejt ebben a hálózatban. A bal alsó kvadránsból pedig mindezt mint a közös kulturális tudatot értelmezzük, és a közlő, nagy, globális világkorszak és világnézet változásából magyarázzuk. Az ilyen fragmentált, egy-kvadráns értelmezések pillanatnyi igazságot takarnak, nem a teljességgel dolgoznak, és így nem segítik elő sőt, inkább gátolják a további spirituális fejlődést és átéléseket.

A kozmosz, a munkálkodó Szellem négy hangon szól hozzánk *egyszerre*, és mind a négyet egyszerre kell hallanunk, aminek az előfeltétele, hogy észrevesszük magát a tényt, hogy négy hangon szól hozzánk a valóság. Ha figyelmesen odafigyelünk, hallhatjuk, ahogy ezek a hangok gyengéden suttogják a maguk igazságát, és egy harmonikus kóruddá összeállva hazavezetnek bennünket. Ehhez nagyon gondosan oda kell figyelnünk.

7. Fejezet: A kozmoszra hangolódva

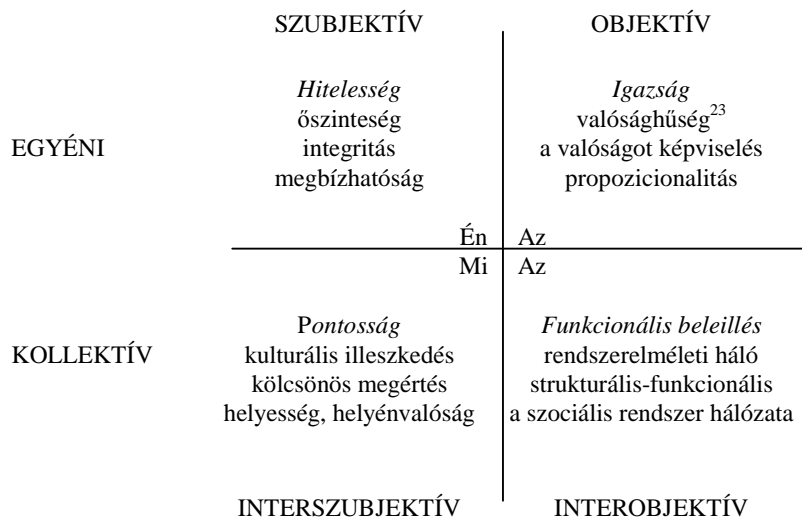
Az igazság szélesebb értelemben véve azt jelenti, hogy összehangolódunk a valósággal, autentikusan kapcsolatban lenni az Igazzal, a Jóval és a Széppel. Mind a négy kvadránsban megvan az igazság és annak kritériuma – azaz az, mikor tekintünk igaznak egy dolgot az adott kvadránsban.

A jobb felső kvadránsban *propozicionális* ("állításos" – valamit állítok) igazság van: állítok valamit, ami valamit képvisel, reprezentál a valóságból – aztán leellenőrizzük, hogy úgy van-e. Ha a térkép, amit rajzoltunk – a dolog, amit állítottunk a világról – megfelel annak, amit ellenőrzésképpen megfigyelünk, tapasztalunk, akkor mondjuk, hogy "ez igaz". Pl. ha azt állítjuk "esik", majd kimegyünk megnézni, és tényleg esik, akkor igazat mondtunk, igaz az állítás. A propozicionális vagy "megfelelési" igazság tehát mindig a dolgok objektív állapotára vonatkozik, megfigyelhető és leellenőrizhető.

A bal felső kvadránsban az igazságot a *hitelesség, szavahihetőség, őszinteség* jelenti. Akkor mondjuk az igazságot, ha őszinték vagyunk, hitelesek. Pl. az "esik" esetében nem az a fontos, hogy esik-e kint az eső, hanem hogy igazat mondok-e, vagy hazudok. Nem az a kérdés, hogy a térkép illeszkedik-e az objektív területhez, hanem hogy a térképkészítőben lehet-e bízni. Gyakori, hogy hazudunk másoknak a belső állapotainkról, de magunknak is. Nem nézünk oda, vagy félreértelmezzük a belső dolgainkat. Az értelmezéssel dolgozó, interpretatív pszichoterápiák épp ebben segítenek, hogy hitelesen értelmezzük a belsőnket. Lehasított, elnyomott részek vannak bennem, amit nem akarok meglátni, akkor ezt másokban sem fogom látni, mást is tévesen fogok megítélni, értelmezni. Az ilyen terápiák abban segítenek, hogy kapcsolatba lépjünk mélységeinkkel, és őszintébben értelmezzük azokat. Itt tehát nem egy pontosabb térképet készítünk az objektív világról, hanem elengedjük az ellenállásunkat, saját belső világunkba merülünk le, és megtanuljuk közvetíteni az ott található mélyebb igazságot mind magunk, mind mások számára. Amikor ez megtörténik, akkor válunk hitelessé, kongruenssé. Az ilyen emberről érezzük azt, hogy sose hazudna, egyszerűen hiteles, olyan amilyen, önmaga – azért van ez, mert már magának sem hazudik többet. Itt, a bal oldalon létezik az egész belső világunk, állapotaink, amelyeket úgy tudunk meglátni, ha őszinték, hitelesek vagyunk önmagunkhoz. A mélységhez vezető utat taktikázással, csalással, stratégiázással, jól járással, üzlettel stb. zárjuk el önmagunk elől. A különféle interpretatív terápiák különböznek egymástól, mégpedig abban, hogy milyen mélyre akarnak menni az értelmezésben. A bal felső kvadráns a tudat fejlődési, mélységi/magassági spektruma, a különféle terápiák ebben különféle szintekig mennek le/fel. Minden terápia a kedvenc szintjét használja mint hivatkozási alapot, referenciapontot, amely köré az értelmezést építi – ez adja a kedvenc kontextusát a lelki dolgok értelmezéséhez (a könyv egyharmada, a soron következő rész ezekkel a szintekkel, mélységekkel, lelki élményekkel, állapotokkal és azok "kezelésével" foglalkozik részletesen – ford.). Ez nem jelenti az, hogy ez rossz, hanem fel kell ismernünk, tudnunk kell, hogy melyik terápia milyen mélységig megy, melyik szinten van. A freudi, pszichoanalitikus terapeuták az emocionális, szexuális szintet veszik alapul, a kognitív terapeuták pedig a verbális szintet. A transzperszonális terapeuták a spirituális szintből indulnak ki. Mindannyian közösek abban, hogy mindenekelőtt a saját torzításainkkal, saját magunkkal szembeni őszintétlenségeinkkel, hazugságainkkal, oda-nem-nézéseinkkel szembesítenek, konfrontálnak minket, amelyekkel elzárjuk magunk elől a valódi belső tartalmainkat, potenciáljainkat, érzéseinket, önbecsülésünket és spirituális természetünket. A pszichoterápiákra vonatkozó teljes spektrum-modellt szükséges felállítanunk – valójában ez már kész van (később tárgyalja – ford.). Pl. Walsh-Vaughan írt le egy ilyet a *Path Beyond Ego*

c. könyvében (*Út az egon túlra*), amelyben sorra veszik, hogy a különféle tudatfejlettségi szinteken, tudatállapotokban melyik terápiák működnek, melyeket jó alkalmazni. Ha letesszük azt a szemléletünket, hogy a terápiákat kizárólagosnak tekintjük (csak ez vagy csak az a jó), és összefüggéseiben nézzük őket, akkor mindegyikből fontos dolgokat tanulunk – mind a szelfünk különféle szintjeiről ad tanítást, és az adott szinten működő hiteles értelmezés módjairól –, amelyek segítenek behatolni ezen területekre. Az igazság önmagában nem szabadít meg minket, az őszinteség az, ami megszabadít, ez hozza a megváltást.²²

A bal alsó sarokban a *pontoság, helyénvalóság, helyesség* jelentik az igazság kritériumát. A szubjektív világunk itt egy interszubjektív, kulturális térben, kontextusban helyezkedik el, amely lehetővé teszi azt, hogy szubjektív világunk legyen. E nélkül a saját gondolatainkat se tudnánk értelmezni, tehát a szubjektív világunk nem választható el az interszubjektív tértől. Itt sem az objektív, propozicionális igazság, sem a szubjektív őszinteség nem kritérium, ellenben az interszubjektív illeszkedés az. Hogy valami érvényes legyen, ahhoz az kell, hogy kulturális háttérbe illeszkedjen. Az érvényességet az határozza meg, hogy az emberek kölcsönösen megértsék egymást. Ha tényleg megértjük egymást, akkor helyes, pontos, igaz a dolog. Egy kultúra egyedei egymás belső világát átfedik – ha azt mondjuk "kutya", nemcsak hogy egy kép közös a fejünkben, hanem egy sor hozzákapcsolódó dolog (pl. szereti a csontot, nem beszél, hanem ugat, kergeti a macskát, ha tüzel, alig lehet megfogni stb.). A kulturális háttérünk miatt már eleve egy könyvnyi közös tudás van a fejünkben egy adott szóval kapcsolatban. Az interszubjektivitás persze nemcsak az ember szintjén van meg, hanem a Kozmosz minden szintjén, a holonok minden szintjén.



6. ábra. Az érvényesség kritériuma.

²² Ezért van az, hogy habár már száz könyvet elolvastunk, habár már százan elmondták, "mi a bajunk", "hogyan kellene inkább", "mi a fő problémánk", "min kellene átlépnünk", "mit kellene megtanulnunk", és habár már mindezt százszor átgondoltuk, megértettük, és elhatároztuk magunkat, igazából nem változtunk. A transzformációt a konfrontálás, szembenézés hozza, amihez tapasztalt vezetőre van szükségünk. A mód, ahogy önmagunkat próbáljuk kezelni egyedül, az maga az, ami miatt problémánk van – tehát ördögi körben forgunk.

²³ Valóság-hűség – eredetileg "megfelelés" – "correspondence", azaz megfelelés a látható valóságnak.

A jobb alsó kvadráns a rendszerek külső vonatkozását jelenti, az igazság itt is propozicionális – egy állítás utal egy valamire. Ez a valami a jobb felső kvadránsban egy konkrét dolog, a jobb alsóban pedig egy szociális rendszer, amely akkor igaz, ha *funkcionálisan illeszkedik* az adott dolog a rendszerbe. Akkor igaz egy állítás, ha megértjük belőle, hogy hogyan illeszkednek a különféle dolgok egy objektív rendszerbe. Ide tartozik például a rendszerelmélet, ami egy redukcionista²⁴ rémálom, finom redukcionizmus. Minden balkezes dolgot csupán a korrelátumaira redukálnak le a jobbkezes megközelítésben. A jobb alsó kvadránsban nagyon jól látszik a funkcionális illeszkedés, mindenről jól látszik, hogy mivel hogyan függ össze, mi hova illeszkedik a funkcióját tekintve, ezért holisztikusnak és mindent magába foglaló megközelítésnek tűnik, csak éppen az életet hagyja ki a holonokból. Minden egy objektív rendszer egy nagyobb rendszerben. Atom-sejt-szervek-szervezet-bioszféra-ökoszisztéma. A rendszerelméletben gondolkodók erősen küzdenek a redukcionizmus ellen, holott mialatt magukat holisztikusnak tekintik, ők is ugyanazt teszik, igaz finomabb, burkoltabb módon. Erről ír Foucault vagy Habermas, Taylor is. A rendszerelmélet is monologizáló tudomány.

A bal alsó és a jobb alsó kvadráns a holon két kollektív, szociokulturális aspektusát írja le. A bal alsó, a kulturális kvadráns azt írja le, hogyan illeszkednek a szubjektumok a kulturális térben, és hogyan nyernek ezáltal interszubjektív jelentést, kölcsönös megértést. A jobb alsó mező azt írja le, hogy a tárgyak hogyan illeszkednek egy objektív rendszerbe a fizikai térben, hogyan valósul meg az interobjektivitásuk. A két megközelítés a Szellem jobb és bal keze a kollektív szinten. Leírtuk a Szellem négy arcához tartozó négyféle igazságot, és azok érvényességi kritériumait.

Miért fontos ez? Az igazság az, amely által rá tudunk hangolódni a kozmoszra. Mind a négy területen, ha a kritériumoknak megfelelő igazságot megtaláljuk, akkor hangolódunk rá a Kozmoszra. Ezek a validitás-követelmények kényszerítenek rá minket, hogy a valósággal konfrontálódjunk, átvágják az egoista fantáziáinkat, és az énközpontú elgondolásainkat, kikényszerítenek minket önmagunkból. A négy igazság a kozmikus rendszer ellenőrző és egyensúlyt teremtő megnyilvánulása. Ha az igazság ezen ösvényeit követjük, akkor illeszkedünk a Kozmosz áramlásához, és olyan áramlatba kapcsolódunk bele, amely kivisz önmagunkból, túlvisz önmagunkon. Ez megzabolazza a pusztán önös érdekű tevékenységeinket, és megzabolazza mindezt azáltal, hogy az igazság egyre mélyebb és szélesebb köreibe jutunk. Az út a ráhangolódástól kezdve a megváltáson át az egységbe visz (Wilber ezt szójátékkal írja le: from attunement to atonement to at-onement), és ebben a folyamatban egyszer csak felismerjük az eredeti arcunkat, azt az arcot, amely mindig is mosolygott ránk, mindabban a törekvésünkben és vágyunkban, amely az igazságra irányult. Az az arc, amely végig lágyan és kitartóan suttogetta, hogy "ne feledd el az Igazat", a Jót és a Szépet!". A Kozmosz mind a négy sarkából hallani a suttogetó hívást: "Engedd, hogy az Igazság, Őszinteség, Jóság és a Szépség a sugárzó üresség pecsétjeként ragyogjon, mely soha nem tud, és sosem fog minket elhagyni!".

²⁴ Redukcionista – minden dolgot egy dologra leredukáló, leegyszerűsítő, egy kategóriába belegyömösöző szemlélet.

8. Fejezet: A Jó, az Igaz és a Szép

A négy kvadráns három nyelven írható le. A jobb felsőben és alsóban mindent az "az" nyelven fejezünk ki, bal felül pedig mindent "én" nyelven. A bal alsó kvadránst "mi" nyelven fejezzük ki. Az "az" nyelv az objektív, semleges, értékmentes felszínt írja le. Empirikus, analitikus, és a felszíni mintákat, azok kapcsolatait, összefüggéseit írja le. Ebben a nyelvben a megfigyelő jelenléte nem szükséges. A bal felső a szubjektív, a tudatosság területe, ahogyan "én" látom a dolgokat. A bal alsó azt fejezi ki, ahogyan mi látjuk a dolgokat. A jobb alsó is a mi nyelvet használja.

Eddig már nagyon sok zavart okozott az, hogy ezt a három nyelvet nem különítettük el egymástól. A négy kvadráns tehát szemlélhető a Nagy Három (Big Three) -ként is (az/én/mi). A holon négy arca ebben a három nyelvben írható le, és nem tudjuk az egyik nyelvet a másikra redukálni, ahogyan az egyik kvadránst sem tudjuk a másikra redukálni. Egy holont akkor tudunk teljesen és adekvátan leírni, ha mind a három nyelvet használjuk, és nemcsak az egyiket beszélünk – ahogy a legtöbbször tesszük. A "mi" képviseli a morált, a "Jó"-t, az "Igaz" a propozicionális igazságot jelenti az "az"-t, a "Szép" pedig az esztétikai oldalt, ahogyan "én" érzékelem, amiről nekem szól a dolog. Más helyeken szerzőknél is megtaláljuk ezt a hármasságot. Karl Popper: objektív / szubjektív / kulturális. Habermas: a dolgok hármasságának validitása – objektív igazság / szubjektív őszinteség / interszubjektív helyesség, pontosság, megfelelés. Kant: A tiszta ész kritikája / A józan ész kritikája / A megítélés kritikája.²⁵ Ezek összehasonlító, összefoglaló leírását mutatja a 2. táblázat.

A felvilágosodás eszméje minden "én"-t és "mi"-t pusztán "az"-okká redukált, és azt gondoltuk, hogy minden realitást az "az" nyelven megfogalmazhatunk, és ezt tekintettük egyedüli valóságnak. A modernitás a személyes tudatot, a lelket és a morált száműzte a tudomány kedvéért.²⁶ Minden fejlődési állomásnak megvan a jó és a rossz oldala. A felvilágosodás hatásának megvan a szükségszerű, jó oldala is. Először értsük meg, milyen áldása, előnye van a modernitásnak, amit ez hozott a világba, utána kritizálhatjuk az árnyoldalait. Ha csak a negatív oldalt látjuk, akkor az antimodernisták csapdájába esünk, ami nem vezet sehova.

A felvilágosodás korával, a történelem során először tudta az emberiség elkülöníteni egymástól a Nagy Hármasságot: a művészetet, a morált és a tudományt, vagyis a szelfet, a kultúrát és a természetet. Ezeket a területeket többé nem keverték össze egymással, nem mosták egybe. A racionalitás kora előtt, a mitológiai gondolkodás korában a művészet, a tudomány és a vallás, morál nem különült el egymástól. Azonban nem integráltan volt jelen, hanem egybemosódva, differenciálatlanul, egy masszaként (azaz nem tudatosult a három körvonala). A szubjektív és objektív tér oly kevéssé volt differenciált, hogy az emberek úgy vélték, ami az egyikben történik, az irányítja a másikat is. Az én és az az, az én és a mi, a szubjektív és a kulturális tér is így összekeveredett. Pl. ha nem értett valaki egyet az egyház által diktált vallással, akkor nemcsak eretnek volt, hanem egyszerre politikai bűnös is. Az egyház eretneknek tartott, az állam hazaárulónak, mivel ezek sem váltak el egymástól. Az én,

²⁵ Továbbá: szat(lét)-csit(tudat)-ánanda(üdv) – szanszkrit, hinduizmus, jóga. Dharmakája (igazság-test), szambhogakája (öröm v. gyönyör-test), nirmánakája (látható, manifesztált, anyagi test). Atya-fiú-szentlélek. (Ford.)

²⁶ Ennek szép példája az iskolai "verselemzés". Van egy vers, ami egy lelki élményről szól, és ahelyett, hogy elolvasnánk és belemerülnénk a felkelt érzésekbe, vagy elmondanánk, bennünk mit okoz a vers, nekiállunk tudományosan elemezni. Számolgatjuk a sorokat, rímeket, kategorizáljuk a szavakat, mondatokat (metafora, szinesztézia stb.), kopogjuk a ritmusát, kilogikázzuk, mit gondolhatott a költő, bemagoljuk, és lefelelünk belőle stb.

a kultúra és a szociális struktúra nem vált el egymástól. Mivel még nem differenciálódtak, nem is lehettek integrálva.²⁷ Kant három kritikája, melyben épp ezt a differenciáló munkát végzi el, mérföldkő volt az emberiség történetében. Ez a differenciáció tehát a modernitás méltósága. Ettől fogva lehetővé vált az én, az az és a mi területeinek az önálló kibontakozása, mindenféle megtorlás nélkül. Mind a három terület külön kezdett fejlődni, és hagyta a másikat kibontakozni. Kialakult a demokrácia, ahol a szelfnek önálló és egyenrangú joga lett a társadalmi, politikai választásokban, nem pedig egy mitikus hierarchia uralkodott rajta. Ekkor jelentek meg a felszabadulási és egyenlőségi mozgalmak – a nők és rabszolgák felszabadulása, a feminista mozgalmak. Mindezt az tette lehetővé, hogy a biológiai dolgokat többé nem tekintették eszmei dolgoknak. A kultúra és a természet, a mi és az az elkülönülése jelentősen hozzájárult az empirikus tudomány, a fizika, a biológia és a gyógyászat kifejlődéséhez. Az igazságot nem kötötték többé az államhoz és az egyház mitológiáihoz.

Mindennek idővel megjelent az árnyoldala is, aminek ma a sűrűjében gázolunk. A probléma e három terület teljes szétválása, szétkapcsolódása, disszociációja lett. A modernitás nemes adománya, a Nagy Hármás differenciálása lett mára a katasztrófája, azaz hogy nem tanulta meg még ezeket integrálni.²⁸ A Nagy Hármás nemcsak hogy elvált egymástól, de disszociálódott is, lehasadt egymásról, és egymás ellen fordultak. Előtérbe lépett agresszorként az "az" területe, és a többit teljesen elnyomta. Az "az" megközelítés kirabolta a másik két területet. Az "az" terület egy sereg látványos, gyors eredményt ért el, sok előnyt hozott, mint a technikai-tudományos fejlődést. Azonban mindez elkezdte beárnyékolni és eltüntetni az én és a mi területeit. A tudomány elkezdte kisöpörni világunkból a lelket, a belsőt, a tudatot, az erkölcsöt, a morált, a spiritualitást. A felhalmozott vagyon, a kereskedés, az üzleti érdek, a környezetszennyezés, a pornóipar és ehhez hasonlóképpen végezték el azt a "nagyதாகarítást".

Az empirikus tudományban minden leírható "az" nyelven, objektív, empirikus módon, és viszont – a szubjektív oldal nem írható le empirikus módon. A Nagy Hármás leredukálódott a Nagy Egyre, és így jött létre a Lapos-világ. A felvilágosodás paradigmája szerint a világ, az a Természet, egy egységes, harmonikus, részeiben összefüggésben álló nagy rendszer, amelyet türelmes, aprólékos, kitartó empirikus leírással, térképezéssel meg lehet ismerni "az" nyelven, a "kisebb-nagyobb", "kevesebb-több" stb. terminusaiban igen, de a "jobb-rosszabb" terminusaiban nem. A minősítés elveszett, a mennyiség maradt. Miután évtizedekig így gondolkodol, eben nevelkedtél, nem csoda, ha egyszer csak azt veszed észre, hogy nincs semminek értelme, jelentése, mélysége, igaz tartalma, szépsége, jósága körülöttes, hanem minden szürke, sivár, ellaposodott. Innen nézve nem látod a Kozmosz mélységét, képtelen vagy észrevenni, hogy egyáltalán van mélysége, hogy tudatosság van a Kozmoszban (maximum ez mint egy lehetséges elmélet van a fejedben, amely "lehet, de nincs rá bizonyíték", ezért aztán nem is látod meg – ford.).²⁹ A jelen korunk válságaiból való kijutást, a posztmodernitás feladatát épp ennek a nagy hármásnak az integrálása jelenti. Nem az a feladatunk, hogy visszatérjünk a megelőző szintekre, és a mitikus vagy mágikus állapotokba regresszáljunk, amikor ez a három habár disszociálatlan volt, és egyben volt, de nem volt

²⁷ A differenciáció, meghaladás és integráció az evolúció, a fejlődés általános alapelve, mint később látni fogjuk. Vegyünk egy hétköznapi példát: amikor először kóstolunk egy új, különleges ételt, egy fura íz-massza az egész. Ha aztán mi magunk megismerjük, hogy mi van benne, megfőzzük, vagy megkérdezzük és megszagoljuk, megkóstoljuk külön-külön az összetevőket, akkor a legközelebbi évéskor már meg tudjuk különböztetni a benne levő ízeket, és habár ugyanazt az ízt esszük, többé már nem íz-massza, hanem tudatosult ízek integrált egysége.

²⁸ Ezért aztán azt tapasztaljuk, hogy "annyi mindent tudok, mégis olyan boldogtalan vagyok", "elértéktelenedett a világ", "végül is mi az élet értelme?", "kinek higgyek, a vallásnak vagy a tudománynak, keletnek vagy nyugatnak?" – és ehhez hasonlóképpen.

²⁹ Ennek megfelelően mindent a véletlennel magyarázol.

differenciálva sem. Ami ma történik a posztmodern mozgalmakban, annak nagy része nem integráció, hanem regresszió.

A Nagy Hármas a spirituális szinteken

A spirituális szintekre jutva a következővé alakul a nagy hármas: Buddha, Dharma, Szangha. A spiritualitást megvalósító ember és annak igaz tudatállapota (Buddha), a felismert igazság (Dharma)³⁰ és az utat járók közössége (Szangha). A spirituális szintek is mind a négy kvadránsban haladnak, és kifejeződnek a hármasságban – az én, a mi és az az területén. A végső "én" a Buddha, a végső "mi" a Szangha, a végső "az" a Dharma. Ha teljesen, véglegesen igazak, őszinték és hitelesek vagyunk önmagunkkal szemben, akkor észrevesszük, meglátjuk, hogy Buddhák vagyunk, Buddha vagyok, vagy – más kultúrkör kifejezésével élve – én magam vagyok Krisztus. Az "én" az Krisztus. Ez adja a végső Szépséget. A "mi" terület végső igazsága az, hogy mi mindannyian a Szellem közösségének a tagjai vagyunk (egyikünk sem elválasztott attól – még akkor sem, ha ezt még nem látja, és dühös ateista – ford.). Ez adja a végső Jót, a végső etikát. Ahogy a buddhisták mondják, minden érző lény (és valójában minden holon) magában hordja a Buddha természetet, azaz a mélységet, tudatosságot, belső értéket, a Szellemet. Ez a végső etikát, a végső Jót adja. A keresztény misztikusok a Szanghát úgy nevezték, hogy "Krisztus misztikus gyülekezete". A végső, objektív Igazság pedig az, hogy minden lény tökéletes manifesztációja a Szellemnek, vagyis az Ürességnek, mindannyian a végső "az"-nak, a Dharmának vagyunk a manifesztációi. A végső én, a végső az, a végső mi, Buddha, Dharma, Szangha. Ezért mind a négy kvadránst egyszerre kell megértenünk, nem elég csak az egyiket favorizálnunk. A bal felső kvadránsban az történik, hogy az individuális szelf felismeri, hogy felsőbb identitása van – a buddhisták kifejezésével élve üresség-természetű. A Zen buddhizmus igaz szelf-nek hívja, a szúfik felsőbb identitásnak. Ez az őseredeti üresség, amely minden forma áttetsző alapja. Bárhogy is nevezzük, a lényeg, hogy van ez a felsőbb identitás. A végső szelf a Buddha. A Dharma arra utal, a Szellem azon aspektusára, hogy mindez objektív tény is egyben, a dolgok objektív állását jelenti, "ahogyan a dolgok vannak". A Szellemet szubjektíven a saját buddha-természetünként fejezzük ki mint Szépséget, objektíven Dharmaként fejezzük ki, a végső Igazságként, kulturálisan Szanghaként mint a végső Jó. A Szellem, a spiritualitás minden szinten egyre jobban kibontakozik, és az evolúció felső területein az én, a mi és az az egyre inkább megmutatja a saját igaz, végső természetét. E sugárzó tudatosságban minden "én" semmivé foszlik, minden "mi" Isten legőszintébb imádatává alakul, és minden "az" Isten legdrágább templomává válik.

³⁰ Dharma – a felismert végső igazság és az ezekhez vezető tan, amelyeket azok hagytak és hagynak hátra, akik a felismerésükig eljutottak. Praktikusán: ezek a szövegek, könyvek, előadások és a meditációs gyakorlatok is. A Szangha az utat járók közössége, akik a felébredés érdekében gyakorolnak, tanulnak, illetve akik már végigjárták az utat – megvilágosodott mesterek, lámák, szentek, a múlt, a jelen és a jövő ilyen lényei.

Wilber – a négy kvadráns	Jobb felső és alsó	Bal felső	Bal alsó
Wilber – a három nyelv	Az	Én	Mi
Wilber – a három tiszta minőség	Igaz	Szép	Jó
A valóság 3 aspektusa / és az azzal foglalkozó területek	Természet / Tudomány	Szelf / Esztétika, Művészet	Kultúra / Morál
Karl Popper	Objektív	Szubjektív	Kulturális
Habermas – az igazság validitás kritériumai a 3 területen	Objektív igazság	Szubjektív őszinteség	Interszubjektív helyesség
Kant 3 műve	A tiszta ész kritikája	A gyakorlati ész kritikája	Az ítélőerő kritikája
A megvilágosodottság 3 aspektusa (Hinduizmus, jóga): a "szat-csitt-ananda"	Csitt	Szat	Ananda
A megvilágosodottság 3 aspektusa a Buddhizmusban, és annak a három megvilágosodott megjelenése	Dharma / Dharmakája (igazság-test)	Buddha / Nirmánakája (konkrétan megnyilvánuló, anyagi-test)	Szangha / Szambhogakája (üdv/áldás/öröm/gyönyörtest)
A keresztény Szentháromság	Atya	Fiú	Szentlélek

2. táblázat. A Nagy Hármas – a Jó, az Igaz és a Szép összefoglaló analógiás táblázata.

II. RÉSZ: A SZELLEM MUNKÁLKODÁSÁNAK TOVÁBBI FEJLEMÉNYEI

9. Fejezet: A tudat evolúciója

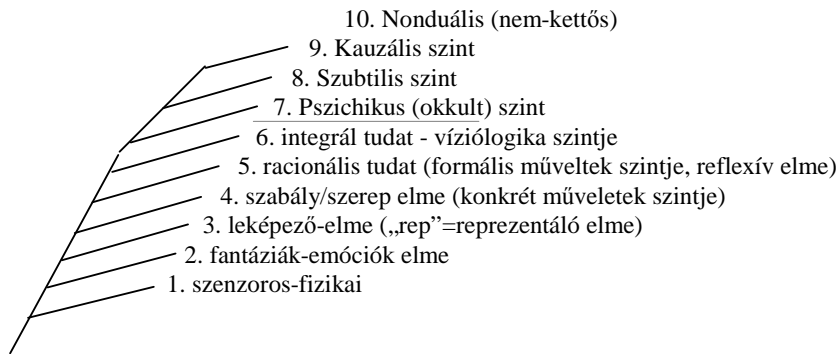
A következőkben magának a tudatnak az evolúcióját, fejlődési szintjeit és azok jellemzőit tekintjük át, a legalacsonyabb szintektől a végső, spirituális, transzperszonális szintekig.³¹ Itt csak a bal felső kvadránssal foglalkozunk, tehát a belső énnel a fejlődési állomásaival, ahogy az útján halad a legfelső identitás felé, és nem vesszük a jobb felső korrelátumait, tehát pl. az agyműködés jellemző mintázatait. A fejlődés a tudat alattiból indul, és az öntudaton át a tudat felettiig, a szupertudatig halad a folyamat, amely nem más, mint a Szellem saját kibontakozása és evolúciója.

Nem tárgyaljuk itt a kulturális és szociális folyamatokat (majd később – ford.), amelyek viszont elválaszthatatlanok az egyéni tudat fejlődésétől (mint azt korábban láttuk – ford.). Minden történelmi korszakot a tudatfejlődés valamelyik szintje határoz meg, és dominál. Az emberek többsége ezen a szinten van, és egy kisebb része ez alatt, illetve ezt meghaladva e fölött. Minden kultúrának van tehát egy *gravitációs központja*, az a szint, amelyhez mérten kialakulnak az adott kultúra etikája, normái, alapvető intézményei. Ez a szint képezi a kultúra összetartó, integráló erejét, és úgy működik, mint egy mágnes – ha valaki alatta van, azt próbálja felhúzni, felsegíteni, ha felette, azt próbálja visszahúzni, lenyomni. Ha valaki meghaladja az általános tudatszintet a kultúrájában, akkor magára marad. Minden kultúrában éltek ilyen kiemelkedő emberek, bölcsek, spirituális gyakorlók. Ilyen volt a sámán, a jögi, a szent és a bölcs.³²

Első szakasz a szenzofizikális tudat, azaz szenzoros-fizikai állapot, mely a fizikai ingerek érzékelésére képes. Második a fantázia-emóciók elme, amelyben az érzelmek, majd a belső képek megjelennek, és az érzelem alapú fantáziaműködés beindul, és eluralkodik. Harmadik a rep-elme (reprezentációs-elme), amelyben megjelennek a fogalmak, gondolatok, és így képessé válik a külvilág belső leképezésére, "reprezentálására". A fogalmakból szabályok és szerepek alakulnak ki, ez uralja a negyedik szakaszt a szabály-szerep elmét, amely képes formális műveletek végzésére. Az ötödik szinten az elme képes az elvont, formális műveletekre is (az átlagos, értelmes felnőtt elmeállapot a halálíg – ford.). A hatodik szinten jelenik meg a víziólogika, amelyben a gondolkodást intuitív víziók jellemzik (a kiemelkedő, tudatában előrehaladott felnőtt). Ezután már transzperszonális szintek jönnek – nyolcadik a pszichikus szint, "a belső, pszichikus energiák érzékelése, látása" felel meg kb. ennek. Ezután következik a szubtilis (finom, az anyaginál, gondolatinál is finomabb jelenségek), majd a kauzális (okszági szint) szint, a határtalan szabadság, végtelen tér és Üresség megtapasztalása, a Nirvána. Végül maga a "papír" van az ábra mögött, ami nem egy szint vagy állapot, hanem mindennek az alapja – ezért nem is jelöljük külön, tizediknek.

³¹ Itt a nyugati (elsősorban személyiség- és fejlődés-) pszichológia és a spirituális tradíciók integrálását, szintézisét találjuk. Mérföldkő ez mind kelet, mind nyugat történelmében.

³² Európában a misztikus szekták emberei voltak ilyenek, akiket az egyház eretneknek nevezett, és tüzzel-vassal irtott.



7. ábra. A tudat alapvető struktúrái és fejlődési stádiumai (vázlatábra)

A teljes, kidolgozott és frissített ábrát lásd a 108. oldalon, az 1. függelékben!

Ez egy létra-modell, amely alapján úgy gondolhatjuk, hogy egymás utáni fejlődési lépcsőfokok vannak. Sokan képzelik ezt egy rigid, lineáris fejlődési folyamatnak, ez azonban a fejlődési modell félreértelmezése. Inkább képzeljük el úgy az ábrát, mint koncentrikusan egymásba ágyazódó köröket, amelyben minden egyes szint magába olvasztja, tartalmazza az alatta levő szintet is – ahogyan az a 2. ábrán látható. Ez nem más, mint az aktualizáció holarchiája. Amikor egy szakasz megjelenik, az kibomlik, kialakul, és magába olvasztja az előző szinteket. Az első szint az anyag szintje – a szenzomotoros tudati tapasztalás. A második a biológiai, testi szint, az emocionális és vitális tudat, a harmadik az elme szintje, ahol a tudatban megjelennek a fogalmak és azok konstruktumai, szerepek stb., egészen az ezeket meghaladó vízió-logikáig. Negyedik a lélek szintje, ennek a tudati tapasztalásban a finomabb lelki jelenségek érzékelése felel meg – energiák, archetipikus képek, formák, élmények. Végül következik a Szellem szintje – ezen belül is kauzális és nonduális állapot. A 2. ábra jól mutatja, hogyan ágyazódnak ezek egymásba (mindezeket természetesen részletesen kifejtjük a következőkben – ford.). A tudatosság ezen holarchiája képezi a világ nagy bölcséleti tradícióinak a gerincét, méghozzá univerzálisan (mindenhol, és minden korban – régen is és ma is). A létra analógiáját véve nem szabad elfelejtenünk, hogy van a létra, és azok fokai, és van a mászó, sőt a kilátás, világnézet az egyes fokokról. Mindezeket külön sorra vesszük, és megtárgyaljuk, és végigvesszük az egyes szintek patológiáit is. Ne felejtjük, hogy ezek egyike sem lineáris, lépésről-lépésre folyamat, hanem egymásba ágyazódó.

A létra fokai

1. Szenzoros-fizikai szint – a tudat kapacitása az érzékelésre és a percepcióra terjed ki.
2. Fantáziák-émóciók elme – belső érzelmek, impulzusok, ösztönzések és belső képek jelennek meg a tudatban.
3. Reprezentációs-elme – szimbólumok és fogalmak jelennek meg.
4. Konkrét műveletek képessége a szimbólumokkal és fogalmakkal, továbbá szabályok és szerepek megjelenése.
5. Formális műveletekre képes az elme.
6. Víziólogika – integrált elme, tudatosság a testre és a kognitív funkciókra egyaránt.
7. Pszichikus
8. Szubtilis
9. Kauzális
10. Nonduális

Maga a papír, amire mindez íródik az utolsó " ", nem megnevezhető jelölhető, sem állapot, sem nem állapot, sem szint (ezért nem helyes azt mondani, hogy végső szint) stb., hanem a dualitáson túli alapja minden jelenségnek, pl. ennek az ábrának. Ez a nonduális fázis, amit az ábrán a létra tetején, a létrán kívül jelölünk. A 9 szakaszon belül is vannak finomabb alszakaszok, ez egy durva, a fő vonalakat mutató felosztás. A létra-metafóra előnye, hogy láthatjuk a tudat alapvető állomásait mint meglehetősen diszkrétén megjelenő szinteket, továbbá mutatja, hogy ha egy alacsonyabb fokot kiveszünk, akkor minden felette levő borul. Ami nem látszik viszont, hogy a magasabb szintek nem mindig az alacsonyabbak tetején ülnek, hanem a magasabb szintek megjelenésekor azok magukba olvasztják az alacsonyabbakat – ahogy a molekula az atomokat, vagy a sejt a molekulákat. Ezt a koncentrikus körök ábra szemlélteti. A létra-analógia azt is mutatja, hogy a szakaszok sorrendjei nem megfordíthatók.

A mászó

Aki a tudatosság létrafokait mássza, az maga a szelf – vagy úgy is nevezik, hogy szelf-rendszer. Objektíven nézve ez egy szelf-rendszer, szubjektíven nézve egy személy, egy szelf, szelf-érzés. Ennek is megvannak a maga jellegzetességei, amelyek nem találhatók meg magában a létrában – az önmagában szelf nélküli, nincs inherens szelf-érzete. A szelf azonosul az adott lépcsőfokokkal, így alakulnak ki a különféle szelf-identitások, egészen addig, amíg a szelf le nem esik a létra tetejéről, és radikálisan bele nem zuhan az ürességbe – amely későbbi témánk lesz majd. A *Transformations of Consciousness (A tudat transzformációi)* c. könyvemben kifejtem a szelf sajátos jellemzőit, és mint identifikáció, szerveződés, akarat, figyelem, védekezés, metabolizmus és navigáció tárgyalom őket. A navigációnál tárgyalom pl. a szelf négy alapvető hajtóerejét (ezeket a holonoknál már megismertük – lévén a szelf is egy holon) – *hatóerő, beilleszkedés, ön-meghaladás és felbomlás*. Ez a négy alapvető drive a fejlődés minden fokán megvan mint a további fejlődés irányának négy alapvető választási lehetősége. Ezek közül bármelyik hiányos jelenléte vagy túlsúlya patológiához vezet, a patológiát pedig az határozza meg, hogy mindez a kilenc alapvető fejlődési szint melyikén történik. A szelf a fejlődés minden szintjén sérülhetnek, károsodhatnak, hátramaradhatnak az egyes aspektusai – ennek következménye a disszociáció, elidegenedés, elfojtás. Az adott szinttől függ a patológia típusa – pszichózis, borderline, neurózis, egzisztenciális vagy spirituális patológia alakul ki. A szelfnek nemcsak hogy ki kell alakítania a megfelelő struktúrákat, nemcsak bele kell nőnie, hanem túl is kell azokon jutnia. Amikor a szelf egy új szintre lép, akkor mindig három alfázison megy át. Először fellép az új szintre, és azonosul azzal, eggyé válik vele – ez az identifikáció. Második lépésként elkezd meghaladni, túlhaladni azt a szintet, elkülönül attól, disz-identifikálódik, meghaladja azt – ez a differenciáció. Harmadik lépésként a következő magasabb szinttel azonosul, oda helyezi át a súlypontját, és integrálja az előző szinteket. Mind a kilenc szinten tehát ez a három folyamat történik: *identifikáció-differenciáció-integrálás*. E három al-szakasz bármelyikének a károsodása zavart, patológiát okoz, és minél alsóbb fokon történik ez, annál súlyosabb. Minden szinten teljesen új világnézet bontakozik ki – mind magunkról, mind másokról és a világról. Nem arról van szó, hogy egy előre megteremtett, állandó, stabil világ van, amibe az egyes szinteken másképp bámulunk bele a magunk monologizáló módján, hanem valóban különféle világok, világterek keletkeznek ilyenkor. Minden szinten más a szelf identitása, szükségletei és morális, erkölcsi beállítottsága. A világnézet tehát e háromból áll – szelf-identitás, szükségletek, morális beállítódás – mindhárom teljesen megváltozik a szintváltáskor. Ezt a fejlődési modelletem 60-70 keleti és nyugati elméletalkotó munkájának

összevetésére alapozom – pl. Maslow, Loevinger, Kohlberg. A példák nem véletlenek: Maslow foglalkozott a szelf szükségleteivel, Loevinger a szelf-érzettel, Kohlberg a morális beállítódással.

A szabály-szerep elme a hét éves kor körül kezd kialakulni. A gyerek ekkor képessé válik mentális szabályokat alkotni, megérteni, elfogadni, magára venni, másra vonatkoztatni. A gyerek ekkor már tudja, hogy ő nemcsak egy test, hanem szociális szelf is a többi szociális szelf között, és megérti, hogy bele kell illeszkednie a szocio-kulturális szabályokkal mindebbe. A gyerek ekkor azonosul azzal a képességével, hogy azonosul a szabályokkal, és eköré szerveződik az identitása – az alapvető szelf érzését a szabályok és szerepek adják. Loevinger ezt nevezi konformista szakasznak. Alapvető szükséglete ekkor a valahová-tartozás igénye, amit Maslow ír le. A morális, erkölcsi alaphozzáállás pedig a közösséghez, mások dolgaihoz való konvencionális hozzájárulás, részvétel azokban. Habár sok teoretikus hasonló létramodellben írta le mindezeket – pl. Kohlberg, Piaget, Erickson, Habermas, Baldwin, Selman, Arieti, Plotinus, Padmasambhava (Guru Rinpoce), Chih-i, Fa-tsang stb. – mégis tudnunk kell, hogy az ember sosem egy szinten van, hanem a "tömegének" fele van az adott szinten, 25 %-a alatta és 25 %-a már felette (természetesen ezek az adatok nem pontosan értendők, csak az arányokat jelzik). Mindig vannak regressziók vagy pillanatnyi megszaladások, előrefutások, továbblépések, csúcselmények. Ugyanaz jellemző itt is, mint amit a kultúráknál tárgyaltunk – van a rendszernek egy "gravitációs centruma", és attól lefelé és fölfelé kiugró rések vannak. A létramászó szelf, tehát sokkal inkább egy "tintapacni", mint diszkrét entitás.

Patológiák

Előfordulhat, hogy a tintapacni bizonyos részei leszakadnak, és alsóbb szinteken maradnak. Ha a korai szakaszokban ismétlődő vagy súlyosabb traumák vannak, akkor ott megragadnak cseppek. Nézzük meg, mi van, ha mindez az első éveken történik (1-4 év). A szelf gravitációs központja ekkor prekonvencionális, egoisztikus, impulzív szakaszban van. Az impulzív szelf bizonyos részei leszakadhatnak, és disszociálódhatnak. Ha mindez súlyos, akkor megáll a szelf fejlődése. Gyakran a szelf egyszerűen dőcög az út mentén – továbbra is folytatja az útját, mászik felfelé a tudatosság egyre kiterjedtebb irányába, miközben végig csöpög a vére. A leszakadt aspektus nem mászik tovább, megmarad ott, ahol van, és az annak megfelelő morális világnézettel él. Ha pl. mindez az első szinten történt, a prekonvencionális szakaszban, akkor teljesen nárcisztikus, egocentrikus, impulzív módon fog a környezethez hozzáállni és azt értelmezni. A fő szelfet a lemaradt szelf neurotikus és pszichotikus tünetekkel sabotálja, aminek következtében belső konfliktus alakul ki a leszakadt rész és az előrehaladott fő rész között. A terápiákban a feladatunk az, hogy segítsünk megszüntetni ezt a belső polgárháborút.

A spirituális kibontakozás szakaszai

Vajon az egyénnek át kell-e menni az összes alacsonyabb szinten, amíg a spirituális területek kibontakozhatnak benne? Az egyénnek bármelyik szinten lehetnek magas megtapasztalásai, spirituális élményei, bárholonnan ellátogathatunk a magasabb dimenziókba – pl. emelkedett állapotokban, vagy nagy szexuális élmény során, stressz vagy drogos állapot alatt, pszichotikus szakaszokban. Mégis az élmény elmúltával onnan kell folytatnia, ahol éppen tart. Például ha valaki az erkölcsi fejlődés negyedik szintjén tart, akkor egy-egy magasabb élménye

során olyan belátásokat nyer, amelyek elindítják a következő felé, de nem tud akkor se a hetedikre ugrni, legfeljebb a következő felé tud elindulni, továbbmenni.

A csúcsmélnyek tehát bepillantások olyan szakaszokba, amelyeket még nem tudunk megtartani.

A fejlődés tisztán spirituális vagy transzperszonális szakaszai az előző szakaszokban megtett fejlődéstől függenek, minden előző szakasz teljesen lényeges módon hozzájárul a felsőbbek manifesztációjához. Habár lehet bepillantásunk magasabb állapotokba, mégis fokozatosan fel kell azokhoz nőnünk, meg kell tennünk azokat a lépéseket, tanulásokat, tapasztalásokat, amelyek szükségesek lesznek ahhoz, hogy a magasabb szintek teljesen kibontakozzanak. Csak ezek után tudunk berendezkedni, elhelyezkedni azon állapotokban, amelyeket korábban mint csúcsmélnyeket megtapasztaltunk. A magnak először cserjévé kell válnia, mielőtt fa lesz belőle, és eggyé válik az erdővel. Aurobindo szerint is a spirituális evolúció a szintek egymást követő fokozatos kibontakozásából áll, melyben egy sarkalatos lépést akkor tudunk megtenni, ha az előzőt már sikeresen és elégségesen beteljesítettük. Ez a továbblépés alapja. A fejlődést lehet fokozni, a sebességét felgyorsítani, de nem lehet megemelni a lépéseket vagy átugorni a sikeres továbblépés előfeltételeit. A transzperszonális pszichológia megjelenésekor kezdetben a fő probléma az volt, hogy a csúcsmélnyekre fókuszáltak. Ha egod van – fúúúúj, ha nincs egod – jeee! Úgy gondolták, minden, ami nem ego, az Isten. Ettől egy lépéses transzformációnak képzelték el az egészet – a racionális, analitikus, dualitásban gondolkodó rossz egodból egyenesen a kiterjedt, felszabadult, kozmikus Isten-tudatba lépsz. "Szabadulj meg az egodtól, és Istent kapod!"

Ma már tudjuk, hogy sok állapot, amely nem-ego, az voltaképpen nem transzperszonális, hanem pre-perszonális, rendezetlen, kaotikus, pre-racionális, pre-egoikus rémálom. A nem-ego állapotot javasoló megközelítések közül sok olyan van, amely regressziót kínál, nem transzcendenciát. Ez a már jól ismert pre/transz összekeverés, egybemosás, ahol az ego előtti szakaszokat összekeverik az egon túli szakaszokkal, pusztán azért, mert mind a kettő nem-ego. Ez a reménytelenül naiv egy-lépéses transzformáció látásmód ráadásul ma még a teljesen ellaposodott világnézettel is párosul: a csúnya, rossz newtoni egoból átmegyünk a nem fizikai "egyek vagyunk Gaiával" típusú szelfbe. Eggyé válunk a Lapos-világgal, ettől megvilágosodunk, és ez megmenti a Földet. Ez nem ilyen egyszerű, a magból sem lesz erdő egy gigantikus lépés által. Fejlődési állomások vannak, nem egy nagy ugrás, és az állomások nem önkényesen kitaláltak, hanem rengeteg empirikus, fenomenológiai, belső megtapasztalás-beli, meditációs és kultúrközi bizonyíték van rájuk. Habár a fő szakaszokat már látjuk, sok finomítanivaló és megválaszolatlan kérdés van még.

Előfordulhat, hogy a létra előrébb tart, mint a szelf hajlandósága, hogy azt megmássza. Kognitív fejlődésében például előrehalad az egyén, de morális fejlődésében nem – pl. egy tündöklő elméjű náci. Lehet, hogy fantasztikusan okos, de morális fejlődésében narcisztikus, egoisztikus, mint egy kisgyerek.

Az emberek gyakran érintenek, tapasztalnak meg magasabb dimenziókat, de nem akarnak azokon élni, nem akarnak oda felmászni, a gravitációs központjuk alacsonyabb szinten marad, sőt lejjebb is csúszhat. Ha fel akarunk érni a spirituális élményeinkhez, akkor fejlődünk kell, a gravitációs centrumunkat kell a tudat magasabb régióiba, zónákba emelnünk. Nem elég csak beszélni, csevegni róla vagy idealizálni e helyzetet – ez történik a "beszélős" vallásokban, ahol arról beszélnek, hogy kellene élnünk, mi lenne a jó, mi lenne a szép, ezt példázatokkal alátámasztják stb., de nem adnak gyakorlatot, praxist mindezek elérésére. Van egy satori élményünk, egy csúcsmélnyünk, de napokkal, hetekkel, hónapokkal később nem találjuk azt már sehol – mi történt az élményünkkel, hová tűnt? Csak szavak, emlékképek halmaza maradt az egészből. Az aktuális szelfünk, gravitációs központunk csak a saját fejlődési szintjének, kapacitásának megfelelően tudja az élményt lereagálni, ezt nem tudjuk átugorni.

Szerintem Amerikában azért alakult ki ma ez az egy-lépéses megvilágosodás szemlélet, mert az amerikaiak nem szeretik a hierarchiát, és nem akarnak úgy tekinteni másokra, mint akik náluk alacsonyabban vagy magasabban vannak, ezt nem tudják tolerálni. Olyan spiritualitást szeretnének, amely függetlenül attól, hogy ki milyen, egy lépéssel Istenhez repíti őket, gyorsan, mint egy mikrosütő.³³ Az ego lesz a rossz fiú, az Isten és Istennő pedig az a paradigma, a varázsmántra, amelyet ha megjegyzünk, és eleget beszélünk róla, eleget ismételtetjük, akkor azzá is válunk.³⁴ Ismételd azt, hogy "igen, én egy sejt vagyok a nagy Gaia rendszerben, mind Egyek vagyunk", tagadd agresszívan a magasabb állapotokat és az egyéni különbségeket – akkor megvilágosodsz, minden rendbejön, megmentjük a világot. A térképrajzoló új térképet tanul meg, és azt gondolja, hogy az maga a transzformáció. Egy ilyen Lapos-világban lapos Istenekre van szükségünk.

Freud és Buddha

Ha a szelf disszociálja vagy elnyomja egyes aspektusait, akkor kevesebb potenciálja, ereje marad a további fejlődésére, evolúciójára, és ettől előbb-utóbb megáll a fejlődés. A leszakadt részek körben rohangálnak, és dühösek, hogy senki sem eteti őket, és állandóan lekötik az energia egy bizonyos részét, ami sabotálja a fő szelfrész fejlődését. Ezt a belső zűrzavart mint depressziót, megszállottságot, idegességet vagy egyéb neurotikus tünetet éljük át. Azonban nemcsak a leszakadt, körben járó részeink kötnek le sok energiát, hanem az ellenük való védekezésünk is. Egy idő után elfogy az energiánk. Integrálnunk kell Freudot és Buddhát (képletesen értve), tehát a mélypszichológiát és a magas-pszichológiát. A humán evolúcióban, emberi történelemben most először érhető el nyíltan, bárki számára Freud is és Buddha is. A modern nyugat mélységes felfedezése a tudatalatti pszichodinamikája, amelyet sehol máshol nem írtak le ilyen precízen. Mindezt integrálni lehet a mitikus vagy kontemplatív tradíciók sokkal inkább teljes spektrumot nyújtó megközelítésével. Mi az értelme a kettő egyesítésének? Ha száz százalék a teljes kapacitásod, de ebből a pincében maradt negyven az induláskor, akkor nem tudsz továbbmenni Buddhához a magasabb szintekre – ekkor a pszichoterápia segíthet. Ha nem veszed igénybe a pszichoterápia segítségét, akkor nehezen jutsz Buddhához. A mélypszichológia segítségével ismét kapcsolatba lépünk az alacsonyabb holonokkal, és a tudat számára láthatóvá tesszük őket, így eloldozódnak a disszociált, fixált jellegüktől, és ismét hozzákapcsolódnak a tudat evolúciójának a folyamához. A szelf ekkor integrálódik, és ismét teljes energiájával tud tovább menni a fejlődésében, a transzperszonális irányban. Ha mindez megtörténik, és nagy intenzitással haladsz a transzperszonális fejlődésben, akkor egy pont után nemcsak a létrát mászod meg, hanem el is válsz attól. Ahogy a Zen mondja: amikor a harminc méter magas oszlop tetején vagy, akkor még egy lépést meg kell tenned. Hogyan lépsz le innen, hol vagy, miután a lépést megteszed? Lelépsz a létrától, és szabadesésben az ürességbe zuhansz. Kívül és belül, szubjektum és objektum, minden elveszti végső jelentését. Többé nem vagy itt belül, aki az "ott kívül" világot szemléli, többé nem szemléled a Kozmoszt, te magad vagy a Kozmosz.

³³ Szerintem ez ugyanaz, mint a "Lázad van? Kapj be egy aszpirint!" típusú fogyasztói szemléletünk. Be akarjuk "kajálni" a spirituális dolgokat is.

³⁴ Ezo-spiro-bio szindróma. Klubozás, trécselés a gyakorlat helyett.

Wilber a legújabbban megjelent *The Eye of Spirit* c. könyvében olyan összefoglalót ad a rendszeréről, amely áttekinthetőbb, mint ahogy azt itt tárgyaljuk. Itt közlöm ennek a vázlatát 7 pontban, és beledolgozom az *Atman Project* c. könyv egyes elemeit is, így teljesebb rálátást kapunk az egész rendszerre. Ez segít, hogy jobban áttekintsük, és összefüggésében lássuk az eddig tárgyaltakat és a soron következőket.

1. Vannak a tudatban **alapvető struktúrák**, melyek ha egyszer megjelennek, akkor nem tűnnek el, hanem a magasabb szintekre lépéskor beleintegrálódnak abba. Ezt nevezi itt Wilber úgy, hogy "a létra fokai", ezt mutatja az 1. táblázat első oszlopa, a Bal Felső kvadráns. Ilyenek pl. az érzelmek, a gondolatok, a szerepek, a vízió-logika stb.

2. Vannak a tudatban az **átmeneti struktúrák**, amelyek – mint a neve is mutatja – csak átmenetileg vannak jelen. Amikor a fejlődés egy magasabb szintre lép, akkor átadják helyüket az annak megfelelő szintű átmeneti struktúráknak. Ilyen átmeneti struktúrák a világnézet, a morális fejlődés, a szelf-szükségletek és a szelf-identitás. A kül szinteken megjelenik az annak megfelelő világnézet, a következő szintre lépve eltűnik, és kialakul az új világnézet. Wilber a világnézetet Gebser alapján listázza, ezt láthatjuk az 1. táblázat harmadik oszlopában, a Bal Alsó kvadráns területén. A morális fejlődést Kohlberg alapján listázza (prekonv., konv., posztkonv., és hozzáteszi a poszt-posztkonv. szintet – szubtilis, kauzális szinteken), a szelf-szükségleteket Maslow alapján, a szelf-identitást pedig Loevinger és saját maga alapján – uroboros, typhonikus, perszóna, ego, kentaur stb. (ezeket főleg az *Atman Project* című könyvében fejti ki, itt nem nagyon).

3. A szelf vagy **szelf-rendszer, szelf-érzet** közvetíti az alapvető és az átmeneti struktúrák között. Ez a legfontosabb, hisz itt "történik a dolog", ez az, amit átélünk, ezt nevezi Wilber a létraanalógiában a "mászó"-nak. A szelf mindig az újonnan megjelenő alapstruktúrával azonosul, és létrehozza a megfelelő átmeneti struktúrákat. Fontos tehát, hogy ne keverjük össze az alapstruktúrát és a szelf-érzetet. Például amikor megjelenik a szimbólum és a fogalom alapstruktúra a tudatban (műveletek előtti korszak), akkor a szelf ezzel azonosul, kialakul a tagság-szelfidentitás, a prekonvencionális morális hozzáállás (Kohlberg), megjelennek a biztonsági szükségletek (Maslow), a védelmező szelf-érzet (Loevinger) és a mágikus világnézet – ahogyan innen a dolgok látszanak. Felmerülhet a kritika, hogy a fejlődésünk nem ennyire szakaszos, mereven lineáris. Valóban nem. Az alapstruktúrák megjelenése az, ami ennyire lineáris, a szelf tartózkodási helye azonban ingadozó, "liftező". A szelf gravitációs középpontja mindig azon a szinten van, amelynek az alapstruktúrájához köti az identitását, amellyel fuzionált. Azonban gyakran alámegy, és olykor fölé, tehát nem állandó. Bizonyos állapotokban olyan érzelmeket él át, olyan dolgokat cselekszik, amelyek korábbi állapotokból maradtak meg, máskor meg magasabb csúcsmérményeket él át.

A szelf-rendszer további alkotórészeire bontható: kognitív stílus (felfogás, gondolkodásmód), affektív működés (érmek), motivációs és konatív faktorok (akaraterő, kontroll, vágyak, célok), idő-tudat, szelf-mód (hogyan tekint önmagára). Ezenkívül a szelf funkciói a következők: identifikáció (a szelfet az aktuális szint alapstruktúrájához köti mint az identitás helyéhez), organizáció (a pszichét összetartja), akarat (az adott fejlődési szinten belüli választásokat tehet), védekezés (szintspecifikus és hierarchikusan szervezett védekező mechanizmusok), metabolizmus (a tapasztalatok "megemésztése") és navigáció (a fejlődési változások irányítása).

4. A szelf útját gyakorlatilag két részre oszthatjuk: egy adott szinten való létezése és átváltás egy következő szintre (mondjuk váltás és plató). Amikor a szelf egy szint lehetőségeit, kereteit már megtapasztalta, "kifűj" az adott dolog potenciálját, felfedeznivalóját, érdekességét, akkor érik meg a váltásra. Ekkor egy fejlődési **váltóponton** (angolul "fulcrum") megy át a szelf. A fejlődés a váltás szempontjából 3 szakaszra osztható, ez az "1-2-3 folyamat" a következő: fúzió/egybeolvadás/identifikáció az új szinttel (azaz a megjelenő alapstruktúrával), majd differenciáció, disz-identifikáció (leválás, le-azonosulás) és transzcendálás, végül pedig fúzió az új szinttel, és a megelőző integrálása. A fejlődés minden szintjén ez játszódik le, annyi váltópont van, ahány alapstruktúra.

5. Minden váltópontonál, az 1-2-3 folyamatában kialakulhat **patológia**, attól függően, hogy az 1., a 2. vagy a 3. szakaszban van-e a sérülés, és attól függően, hogy melyik fejlődési szinten van, különféle patológiák alakulnak ki. A különféle szinteken kialakult patológiák különféle **terápiákat** igényelnek – így beszélhetünk a "tudat spektruma" mellett a "patológiák spektrumáról" és a "terápiák spektrumáról" is.

6. A szelf az útja során különböző tudatállapotokban van. Vannak **átmeneti illetve tartós tudatállapotok**. A tartós tudatállapot az az a szint, ahol a szelf gravitációs központja van, amit úgy érzünk, hogy "ilyen vagyok normális állapotomban". Ezt a kultúra nagyon erősen meghatározza, szokták úgy is nevezni ezt a hétköznapi tudatállapotot, hogy "kollektív transzállapot", "konszenzus transz" (Tart) vagy "közös illúzió". Ezek sem véglegesek azonban, csupán átmenetileg tartósak, fejlődési szintváltáskor helyüket az újnak adják át, és abba integrálódnak, és ha be is áll egy állapot stabilan (pl. a felnőtt tudata), akkor is legkésőbb halálkor megváltozik az is. Vannak mindennap ismétlődő átmeneti állapotok, ezek az ébrenlét, álmodás és mélyalvás, amelyek megfelelnek a durva (gross), a szubtilis és a kauzális szintek állapotainak (azzal a különbséggel, hogy mikor a tudat gravitációs szintje ezen területekre fejlődik, akkor mindezek alatt is éber, tudatos, és nem öntudatlanul zuhan át ezeken). Átmeneti állapotok még a transzállapotok (meditációs, transz-meditációs és drog-utazásbeli élmények, hipnózis stb.), a módosult tudatállapotok is.

Láttuk, hogy végső soron sem az átmeneti, sem a tartós tudatállapotok nem teljesen tartósak, tehát nem tartanak örökké. Az egyetlen tartós dolog maga a tudat, az a közös, egyetlen háttér és alap, amelyben mind a tartós, mind az átmeneti tudatállapotok átvonulnak, amelyben az egész fejlődés és evolúció lezajlik. Ezt a nyílt, határtalan, tiszta éghez hasonlítják. Ennek a felismerése a spirituális gyakorlás célja, ez a Tudat maga, más szóval a Szellem, a Tao, az Isten, az Ős-alap, az Üresség. Ennek, a Nirvának az elérése, megértése a megszabadulás (ugyanis ilyenkor a személy megszabadul a vágyak, érzelmek, gondolatok, interperszonális zavarok stb. kötöttségeitől). A végső megvilágosodás azonban ez után jön: amikor felismerjük (átéljük), hogy a közös alap, az Üresség (Nirvána/Menny) és a benne felbukkanó jelenségek, a Formák (ösztönzések, gondolatok, érzelmek, külvilági események – tehát a Szamszára vagy a "földi dolgok") egymástól elválaszthatatlanok. Ez a nondualitás, a kettőségtől való mentesség állapota.

7. A fejlődés minden szinten egyszerre különféle **területeken** halad.³⁵ Ilyenek az affektív, kognitív, morális, interperszonális, pszichoszexuális aspektusai a szelfnek, továbbá az intuíció, kreativitás, a tehetség különféle területei (zene, sport, művészet stb.), az altruizmus

³⁵ Angolul a "terület" helyett "vonalt"-at ír, ami képszerűbb: elképzelünk egy adott szintet mint síkot, platót és azon egymás mellett futó vonalakat vagy egymás mellett tornyosuló oszlopokat, melyek egyike magasabb, másika alacsonyabb.

stb. (láthatjuk, hogy átfedés van a 3. ponttal). Mindezek "kvázi függetlenül" bontakoznak ki, külön-külön fejlődnek, lehetséges, hogy az egyik terület jóval előbbre tart a másikkal. Például egy felnőtt, formális műveletek szintjén levő személy lehetséges, hogy nagyszerű sportoló tehetség és nyitott, szociálisan, gördülékeny szociális viselkedéssel, de ugyanakkor erősen önző, nem altruista, gyenge morálitással rendelkező ember. A különféle területeket a szelf tartja egybe, egyensúlyozza, mint egy zsonglőr. A területek egymástól nem teljesen függetlenek, egymással "szükséges, de nem elégséges" viszonyban állnak. Pl. a morális fejlődés szükséges, de nem elégséges feltétele a kognitív állapot (pl. ha valaki nem tudja mások helyébe képzelni magát, nem alakul ki benne a konvencionális morál, megmarad az egocentrikus pre-konvencionális erkölcs állapotában, de ettől még lehet matematikailag zseni).

A fejlődés minden területe átmegy a fejlődési szakaszokon, alapstrukturális szinteken.

A magasabb, transzperszonális szinteken a területek a következőképpen néznek ki (csak néhány a példa kedvéért):

- transzperszonális érzelmek: áldás
- transzperszonális kogníció, tudás, értelem: prajna (mély-belátás, bölcsesség), jnána, gnózis
- transzperszonális interperszonális hozzáállás: együttérzés
- transzperszonális tudatosság: szupertudat
- transzperszonális szelf-identitás: a Tanú, a Megfigyelő, a Tudat maga, a szubtilis lélek, a kauzális Szelf

Nagyon sok zűrzavar származik abból, hogy a tudattal, tudatállapotokkal foglalkozó szakemberek, kutatók, teoretikusok, írók összekeverik az előbb külön pontokba szedett dolgokat (tekintve, hogy nem ismerik a tudat ennyire sokoldalúan differenciált leírását). Összemossák pl. a fejlődési szinteket, az átmeneti tudatállapotokat, a tartós állapotokat, az alap és átmeneti struktúrákat, a fejlődés területeit stb. Ezért érdemes precízen átlátnunk és megértenünk ezt a részt.

10. Fejezet: Útban a globalitás felé – 1. rész

Manapság sokat hallani a globalitás szemléletről mint új paradigmáról. "Gondolkozz globálisan, cselekedj lokálisan!", a globális tudatosság szellemében. E szemlélet szerint egy globális közösség vagyunk, bolygónk egy nagy hálózat, és a globális rendszert áttekintő térképre van szükség. A globális térkép jó dolog, de a térképkészítő ritkán tud ennek megfelelően is élni. A globális látásmód nem veleszületett, hanem egy ritka, csak kevesekben kibontakozó dolog. Ez egy olyan különleges szemléletmód, ami nem sok emberben van ténylegesen jelen (azaz nemcsak hangoztatja, mondja és vallja, hanem lényege és minden mozdulata arról szól – ford.). Mint a holonoknál láttuk, minél nagyobb egy szint, holon mélysége – minél magasabban van fejlettségi szintje –, annál kisebb a kiterjedtsége – azaz nem sok ember valósítja meg azt. Nem a globális térkép a legfontosabb, hanem hogy hogyan jut el az ember ehhez a látásmódhoz. Amikor az emberek erről beszélnek – globális térképeket mutatnak –, akkor pusztán egy jobb oldali utat mutatnak, azaz nem adnak módszert, utat ahhoz, hogyan válhatunk magunk is olyanná, illetve hogyan juttathatunk embereket oda. A globális tudatosság már transzperszonális szint, a Szellem ekkor kezdi felismerni saját globális dimenzióit. Most végignézzük a tudatfejlődés szakaszait.

Az újszülött kor

Ilyenkor a szervezet pusztán szenzomotoros, olyan holon ez, amely sejtekből, atomokból és molekulákból áll. Nincs gondolkodás, nincs nyelv, nincs logika, nincs idő és nincs belső pszichológiai tér. Önmagát a szenzoros-fizikai eseményekkel azonosítja – ahogy Piaget megfogalmazza, a szelf ezen a szinten anyagi. A fizikai szelf és a körülötte levő anyagi világ összekeverten vannak jelen, még nem differenciálódtak. A csecsemő tudatában nem létezik a belső és külső között különbség. Úgy is hívják ezt a szakaszt, hogy primer mátrix, mert ez az alpmátrix, ami aztán differenciálódik a fejlődés során. Nevezik még elsődleges autizmusnak, vagy elsődleges nárcizmusnak, vagy öceánikus, protoplazmikus, állapotnak. Mint minden szakasz, ez is három részből áll – a szelf azonosul vele, majd differenciálódik róla, meghaladja, és a következő szintre lépve magába integrálja. Ez a dualitáson, tárgyakon, egon nem túl van, hanem előtt/alatt. Sokan szeretik úgy tekinteni erre az életkorra és tudatállapokra, mint a kozmikus tudatosság és misztikus egység állapotára. Ez azonban nem így van, ez az állapot nem haladja meg a tárgyat és a szubjektumot (hisz még nem is találkozott azokkal – ford.). A világ az autisztikus szelfben süllyed el. A csecsemő egy nagy száj, a világ egy nagy étel, ebben az állapotban nincsen semmi spirituális. Hiányzik belőle az interszjektív szeretet és együttérzés, a mások szemszögéből nézése a világnak – ami pedig alapvető a spirituális szinteken – e tekintetben ennek pont az ellentétje ez az állapot. Horizontálisan széles és kiterjedt, vertikálisan viszont nagyon sekély, valójában ez a legsekélyebb és legbeszűkültebb tudatosság, ami csak létezik. A Lapos-világ nem látja a vertikális kiterjedést, csak a horizontálist, ezért magasztatja annyira ezt az állapotot. Ezt megelőzi az intrauterin állapot, ahol fúzió van az anyaméhkel, majd a születés fájdalmas folyamata, mely a születési trauma a differenciáció és az azt követő szakasz, a megszületés után az új szint – az első szakasz, amit tárgyalunk – az azonosulás a fizikai világgal. Stanislaw Grof foglalkozott a születéssel, és az itteni állapotokat *alapvető perinatális mátrixok*-nak nevezte. Grof szerint akármelyik itteni alszakasz traumája patológikus komplexushoz vezethet, és ezeket intenzív stressz, vagy meditációk, vagy drogok hatása alatt újra lehet élni, azáltal, hogy a szelf ide regresszál. A trauma újra átélésekor megszűnhetnek ezek a traumák.

Mint korábban láttuk, nemcsak a születési trauma okozhat patológiát, hanem bármelyik fejlődési állomás bármely alszakaszában átélt trauma. Általában, ha a fúzió szakaszban történik a zavar, abból lesz a fixáció, ha a differenciáció fázisában, akkor a határokkal lesznek zavarok – nem alakulnak ki a jól elkülönült, felelősségteljes én-te határok. Az integráció zavara disszociációt vagy elfojtást eredményez – mivel az új dolgot nem integrálja, idegennek éli meg.

Bármelyik szakaszban kialakult malformáció (rosszul sikerült, félrement alakulás – ford.) megfertőzi, és eltorzítja a soron következő fejlődéseket – olyan ez, mintha egy homokszem kerülne egy fejlődő gyöngybe, és állandóan karistolná azt. A malformáció összegyűri, eltorzítja, megráncolja, elcsavarja a következő rétegeket. A létrát mászó szelf elveszti egyik karját vagy lábát. A szelfnek ez a kezelhetetlen része elbújik, és a szelf elkezd hazudni önmagának, aminek következtében egy fals szelfrendszer nő rá az aktuális szelfre. Az elfojtás azt jelenti, hogy nem vagyunk önmagunkhoz őszinték (és ezért másokhoz sem – ford.) abban, hogy mi történik éppen bennünk – így kezdi el karrierjét az egyéni tudattalan. A lemaradt részek a pincében maradnak, az oda vezető ajtót pedig a hazugság védi. A pincében lakó disszociált részek elkezdik felemészteni az energiát és a tudatosságot, olyanok, mint a lefolyócső, amin állandóan lefolyik az energia. Kövek ezek a hátunkon, fölösleges súlyok, melyek nem mások, mint elmúlt életszakaszaink kinőtt terhei, amiket nem hagytunk magunk mögött, és állandóan magunkkal hordozunk. Ahelyett, hogy letennénk, és teljes energiával élnénk, a hazugságainkkal eltakarjuk őket, így tovább élnek, és terrorizálnak minket. Az interpretatív terápia épp arra való, hogy ezen hazugságainkat és őszintétlenségeinket megmutassa³⁶ – pl. a gestat, a jungiánus, a kognitív vagy a freudi terápia. Szükséges, hogy most végignézzük, melyik fejlődési szakaszon mi mehet félre, ugyanis épp ezek miatt nem tudunk a globális tudatosság állapotába lépni – ez kulcsfontosságú dolog.

1. A fizikai szelf *kikelése* – a szelf identitása fizikai. A negyedik hónap körül elkezd differenciálni a külső fizikai világot a belső testi világtól. Beleharap a takaróba – nem fáj, beleharap a takarójába – fáj. Mahler – aki úttörő kutatója e szakasznak – "kikelés"-nek hívja ezt a fázist, ahol a fizikai szelf kikel a differenciálatlan fizikai világból. Tehát ez a második alszakasz, a differenciáció, a fizikai szelf születése. Ha a differenciációt valami megzavarja, akkor a testhatárokkal kapcsolatos probléma alakul ki. Nem tudja a gyerek, hol van a teste és a környezete – pl. a szék – közötti határ. Nevezik adualizmusnak, amit a pszichózis egyik elsődleges jellemzőjének tartanak. Ez olyan problémákat okozhat, mint az elsődleges folyamatokból származó hallucinációk, illetve a tudat képes a fizikai testben maradni, illetve összekeverednek az önmagáról és másokról való gondolatai. Lehetnek tudatos bevillanások a finomabb, transzperszonális állapotokba, de ezek általában erőteljesen torzítottak

2. Az *emocionális szelf* születése. Ha az első szintet jól "teljesíti" a gyerek, akkor a második szakaszba lép. Ez a fantáziák-emóciók állapota, amikor már kialakulnak a valós fizikai határok a gyerek és a külvilág között, de az érzelmi határok még nem alakultak ki. A saját érzelmei, impulzusai és a környezetéi összekeverednek – ez elsősorban az anyára vonatkozik, másodsorban a többi személyre. A gyerek tudata azt érzékeli, úgy hiszi, hogy amit saját maga lát, érez, érzékel, ugyanazt látja, érzi, érzékeli a világ is. Ez sem holisztikus állapot, ugyanis itt sincs a tudatnak mélysége, csak kiterjedtsége. A kutatók kimutatták, hogy ez a szakasz még

³⁶ Ne gondoljuk, hogy itt most a neurotikusokról vagy az "elmebetegekről" van szó. Mirőlünk van szó, "normál, józan, egészséges" emberekről, habár a problémásabb embereknél is ezek vannak, csak mindez fokozottabb és zavaróbb. Alapvető lelki mechanizmusaink, "trükkjeink" ezek, amelyek miatt nem vagyunk folyamatosan a legjobb állapotainkban, ami miatt nem ismerjük a magasabb, spirituális állapotokat.

mindig erősen egocentrikus és nárcisztikus. A világot a gyermek önmaga kiterjesztésének tekinti (ez a nárcizmus). Ez tehát nem azt jelenti, hogy önző módon csak magáról gondolkodik, hanem épp ellenkezőleg: nem képes magáról gondolkodni. Ez az a korszak, amikor elbújik, és azt gondolja, ha ő nem lát másokat, más se látja őt, csak az ő nézőpontja létezik. A szelf itt tisztán ökológiai szelf, bioszferikus, szelf, libidinális, naturális és impulzív szelf. Ez az identitás biocentrikus, mivel belső és külső környezetének áramlatai teljesen összekeverednek. Mágikus atmoszféra jellemző erre az állapotra. A 15-24. hónap körül kezd ez az emocionális szelf differenciálódni az emocionális környezettől. Mahler ezt nevezi a kisgyerek pszichológiai születésének, amely során az egyén megszületik mint különálló emocionális és érző lény. Vannak terapeuták, akik szerint az ember elidegenedése itt kezdődik, ez a paradicsom elhagyása, amit egy alapvető hibának tekintenek. Ezzel a nézettel az a probléma, hogy ezek az elméletalkotók összekeverik a differentációt a disszociációval. Míg a differentáció teljesen szükségszerű és elkerülhetetlen része az evolúciós fejlődésnek, amely nélkül nem is lehetne magasabb állapotokat elérni, addig a disszociáció az, amikor "félresikerül" a fejlődés, és patológus lesz. A tudatosság hiánya, az öntudatlanság – ami e szakasz előtt van – nem jelenti a paradicsom jelenlétét. A romantikusok ezt összekeverik. Az igaz, hogy amikor az ember elkezd ráébredni a manifeszt világra – amely ráébredés ekkor indul –, az egyre több szenvedést von maga után, egyre elidegenedettebbnek érzi magát, egyre több szenvedést él át – ez a szamszára.³⁷ Habár ez fájdalmas dolog, ez a felébredés útja. Olyan ez, mint a békaharapás – először nem érzünk semmit, minden nagyszerűnek tűnik. Habár elkaptuk a kórt, nem is tudunk róla, majd fokozatosan kifejlődik, elkezdjük érezni, és lassan pokolian kezd fájni. A tudatfejlődésünk ezen második szintjén kezdünk tehát felébredni a szamszára "kór"-jában. Ettől a pillanattól kezdve két választásunk van: vagy visszabújunk az öntudatlan fúzió állapotába, vagy elindulunk az egyéni növekedés útján, egészen a transzcendenciáig, a spirituális ébredésig, amely az elidegenedés meghaladását fogja jelenteni. Minden fejlődési szakaszon meg kell fizetnünk a mélység és tudatosság növekedésének az árát, ez a folyamat dialektikája. Az emocionális szint zavara azt eredményezi, hogy a szelf fúzióban marad ezzel, nem haladja meg, ezek a nárcisztikus személyiségzavarok. Ha a differentáció elindul, de nem fejeződik be, akkor alakul ki a borderline személyiség. Ezt az általános osztályozást sok szerzőnél megtaláljuk – Kohut, Kernberg, Masterson, Mahler, Stone. Ezen patológiák esetében tehát a szelfnek nincsenek valós emocionális határai a környezetével, az egyénnek nincs kohézív, összetartó szelf érzete. Ekkor vagy nárcisztikus lesz, és a környezetét mint önmaga kiterjedését kezeli, vagy azt éli meg, hogy őt folyamatosan elárasztja, kínozza, gyötri a környezet, ekkor borderline. Azért hívják borderline-nak (határvonal), mert a pszichózis és neurózis közötti határon van ez a stabilan instabil állapot.

3. Ha az emocionális szakaszban minden jól megy, akkor a szelf továbbfejlődik a harmadik szintre. Többé nem azonosul kizárólag az érzelmi szinttel, meghaladja azt, és a *mentális vagy fogalmi, konceptuális szelf*vel azonosul. Ez a reprezentációs elme. Ez megfelel Piaget művelet előtti korszakának. Ez az elme képekből, szimbólumokból és fogalmakból áll. A hetedik hónap körül kezdenek megjelenni a tudatban a képek. A belső kép hasonlít egy külső tárgyhoz. A szimbólum is egy tárgyat képvisel, reprezentál, de nem néz ki úgy, mint egy konkrét tárgy. A második év körül jelennek meg a szimbólumok, általában a "ma, mama" szavakkal, és nagyon gyorsan fejlődnek. Két és négy év között ezek a szimbólumok

³⁷ Szamszára. Szanszkrit szó, jelentése létforgatag – a nem megvilágosodott tudatállapot, a mindennapi, szenvedéssel teli életünk. Szenvedés abban az értelemben, hogy képtelenek vagyunk megtalálni a tartós, állandó boldogságot, a boldog állapotaink múltékonyak – ahogy a boldogtalanok is –, és folyton visszatér bennünk egy alapvető kielégületlenség-érzés, hiányérzet, nyugtalanság.

dominálják a tudatosságot. A fogalmak itt kezdenek megjelenni, amelyek a tárgyakat képviselik. A fogalmak mint alapvető struktúrák 4-7 éves korig dominálják a tudatot, ezután már bonyolultabb struktúrákká szerveződnek. Itt tehát a szelf a fogalmakkal azonosul, belép a nyelv világába, a nűszférába, így válik mentális elmévé. Ez egy új világot hoz a tudatba, megjelenik az idő és az időben való gondolkodás. A szelf a múltba gondol, és a jövőbe tekint, ennek megfelelően tervez, cselekszik, és elkezd kontrollálni a testi funkcióit. A nűszféra könnyen elnyomja a bioszférát (vagy a ráció a testet), ami egyéni szinten neurózist eredményez, kollektív szinten ökológiai krízist. Az elmében olyan dolgok vannak, amelyek a fizikai szinten nincsenek jelen – jelen nem levő múlt –, vagy jövőbeli dolgokra gondol, tervezget, és mindezek miatt szenved. A múltba gondol, és ez alapján ítéli meg magát, így büntudata van – ezek a nyelvi világ velejárói. A fogalmi elme tehát nemcsak meghaladja és magába integrálja a testi-érzelmi szinteket, impulzusokat, hanem azokat el is fojtja, disszociálja, tagadja. A stabil, összetartó mentális szelf megjelenésével, a testi impulzusok (általában szexuális és agresszív) elfojtásával jelennek meg a neurotikus tünetek. Voltaképpen minden neurotikus szimptóma az egy ökológiai krízis. A borderline zavar esetében a szelf nem tudta elnyomni az érzéseit, hanem azok rohanták le, öntötték el őt. Ott nem volt olyan érzélem, ami ne látszódná, amit elnyomott a szelf, ezért az itteni terápiák célja a struktúra-építés. A törekeny szelfnek differenciált, stabil struktúrát építenek ki. A neurotikus állapotra a feltáró terápiák a megfelelőek, amelyek az elfojtott dolgok felfedését, napvilágra hozását célozzák meg. A kliensnek segítenek abban, hogy elengedje az elfojtás sorompóit, és újra kapcsolatba lépjen az érzelmeivel, ösztönzéseivel, testével. A borderline esetében a célpont az, hogy az elfojtás szintjére tudja emelni a szelfet. A neurózis fejlődés az előző szinthez képest, de a maga szintjén már akadály, amelyet meg kell haladni. A védekező mechanizmusok szolgálnak az elfojtások fenntartására – ezeknek is megvan a fejlődési hierarchiájuk (Vaillant), holarchiába rendeződnek. Először a tipikus védekező mechanizmus a projektív identifikáció, majd a hasítás, végül az elfojtás. Mindennek a magasabb formája a szublimáció (ez a pszichoanalízis steril sterilizált kifejezése a transzcendenciára). Ha a védekező mechanizmusok természetesen és jól működnek, akkor mint egy pszichológiai immunrendszer működnek. Segítenek fenntartani a szelf integritását, stabilitását, hatékonyságát, és kiűzik a veszélyeztető betolakodókat. Ha a védekező mechanizmus túl erős, akkor az autoimmunbetegséghez vezet – a szelf megtámadja, és felemészti saját magát. Becsukja a szemét, és hazudni kezd önmagának, elbújik maga elől, szemellenzöt hord. Az aktuális szelf helyére fals szelf kerül. Ez mind a tudat alatti szférába delegálódik, így nem látszik a tudatos szelf számára. A valódi szelfrészek, potenciálok a felszín alá kerülnek. Már a kezdetektől kezdve a szelf törekedhet arra, hogy a túl ijesztő, fájdalmas, zavaró aspektusait elnyomja a saját fejlődési szintjének megfelelő védekező mechanizmusok segítségével. A fals szelf egy egész életen át megmarad, az egyén egy belső őszintétlenséggel biceg át az életen. Ha ez a fals szelf nem bírja a saját súlyát, őszintétlenségét, akkor az ember kibillen, összeesik, letört lesz. Ekkor két választása van – vagy kipiheni magát, majd miután fölépült visszaállítja ugyanazt a fals szelfet, és elkerüli a dilemmát, nem gondol rá, kizárja a tudatából, vagy elkezd megvizsgálni önmagát, a hazugságait, és ekkor terapeutához fordul, aki segít neki értelmezni egy sokkal őszintébb módon a belső szándékait. Ezek az interpretatív, "bal kezés" terápiák. Egy biztonságos, elfogadó, empátikus légkörben az egyén elkezdheti elmondani önmagáról, belső világáról az igazságot anélkül, hogy a büntetéstől kellene félnie. A fals szelf ezáltal lassan elveszti létjogosultságát. A hazugság értelmezésével az elrejtett fájdalom feltárul, és az őszinte tudatosság fényében lassan elég a fals szelf. Az aktuális szelf szépsége átsüt, és a belső öröm, élvezet és új mélységek feltárulása lesz a jutalom.

A mágikus szinten megjelenő képek és szimbólumok nem különülnek el tisztán a tárgytól, amelyet képviselnek, ezért úgy tűnik, hogy a belső képek, szimbólumok manipulálásával

ténylegesen megváltozik a tárgy. Például rajzolunk valakiről egy képet, és beleszúrunk egy kést, akkor azt várjuk, hogy az illető a valóságban kárt szenved, esetleg meghal – ilyen pl. a boszorkányság. A gyerek él ilyen világban, úgy látja, hogy a dolgok egymással mágikusan behelyettesíthetőek és összesűrűsíthetőek. Mivel a szelf és a többi személy vagy tárgy nem tisztán differenciált, ezért a gyerek benépesíti a világát olyan tárgyakkal, amelyeknek lelket és mentális működést tulajdonít. Ez az animisztikus világnézet, a tárgyakkal, bábuknak lelke van és szándékaik, a felhők azért mozognak, hogy minket kövessenek, mert látni akarnak. Azért villámlik, mert az ég haragszik ránk. Az elme nem differenciálódik tisztán a világtól, így a jellemzőik összekeverednek. Kívül is és belül is minden egocentrikus és nárcisztikus. Mikor ezek után megjelennek az elmében a szerepek és a szabályok is, rájön a gyerek, hogy nem működik a mágia – hiába bújjuk a párna alá, a többiek mégis látják. Letesz arról, hogy mágikusan próbálja irányítani a világot maga körül, de úgy gondolja, hogy mások bírnak ilyen képességekkel – kinevez személyeket isteneknek, istennőknek, démonoknak és különféle erőknél. Ezen erők csodálatos módon képesek irányítani a természetet. A gyerek a szüleit is ilyennek látja, és arra kéri őket, hogy a spenótból inkább finom édességet varázsoljanak. A gyerek komplex mitologikus világnézetet alkot, melyben mindenféle egocentrikus erők irányítják a világot. Ezeknek egocentrikus erőt tulajdonít, és egocentrikus imákat, rítusokat kezd alkalmazni. Állandó alkudozásba kezd ezen erőkkel – "ha megeszem az összes vacsorát, akkor biztos elmulasztja majd a tündér a fogfájásom". Ezután emelkedik ki a racionális világnézet, amelyben az egyén felismeri, hogy ha változtatni akar a realitáson, akkor azon saját magának kell dolgozni, mágikus erők ezt nem teszik meg helyette, nem segítenek. A mágikus és mítikus szintek nem azonosak a spirituális szintekkel, de azok aspektusai már itt is fellelhetők.

A tudat alapvető struktúrái, fejlődési szintjei	Patológiák	Megfelelő terápiák
9. Kauzális	Kauzális patológia	Forma nélküli miszticizmus
8. Szubtilis	Szubtilis patológia	Istenség-miszticizmus
7. Pszichikus	(Finom) pszichikai zavarok	Természet-miszticizmus
6. Kentauri / víziológika	Egzisztenciális patológia	Egzisztenciális terápia
5. Formális műveletek / reflexív elme	Identitászavarok	Introspekción, önismeret
4. Szabály- / szerep elme – konkrét műveletek szintje	Szkript patológia	Szkript analízis
3. Reprezentációs elme	Pszichoneurózis	Feltáró technikák
2. Fantáziák - emóciók elme	Nárcisztikus-borderline	Struktúraépítő technikák
1. Szenzofizikális	Pszichózis	Intenzív regressziós terápiák
0. Differenciálatlan, elsődleges mátrix	Perinatális patológia	Kezelési modalitások

3. táblázat. A tudat szintjei, az azokra jellemző patológiák és a megfelelő terápiák.

4. A *szerep/szabály elme*. Piaget konkrét műveletek szintjének nevezte azt a 6-7 éves kor körül megjelenő fázist, amelyben a szabályok és szerepek megértése és alkalmazása kibontakozik. Ez a szemlélet a tudatot kb. 11-14 éves korig uralja. Az egyén mentális szerepeket alkot, és magára vesz, a gyerek megtanulja magára venni a másik szerepét is, tehát megtanulja beleképzelni magát a másik szerepébe, más személy nézőpontjából nézni a

világot. Ezelőtt csak a saját perspektíváját ismeri – ha megkérdezik tőle, hogy egy kétszínű érmének melyik részét látja ő és melyiket a vele szembenálló személy, akkor mind magára, mind a másikra ugyanazt a színt mondja. Úgy véli, a másik is ugyanazt a színt látja, mint ő. A szereptudat megjelenésével ezt a tesztet helyesen oldja meg, felismeri, hogy a szembenálló a másik színt látja. Ez óriási lépés a globális gondolkodás felé vezető úton. A morális nézet a prekonvencionálisról az erősen konformista konvencionális szintre jut, ahol a szabály, a rend, a jó és a rossz fogalmai dominálnak.

A kultúránkban egy tipikus felnőtt már egy fél tucat nagy paradigmaváltáson ment át – archaikus, mágikus, mitikus, racionális. Ezek mind belső tudati forradalmak, melyeken mind átmentünk, még akkor is, ha már nem emlékszünk a részleteikre. Ezek a változások pszichológiai "földrengést" okoznak, jóllehet később mindezt elfelejtjük, kizárjuk a tudatunkból. Jól mutatja ezt a "pohártöltögetős" klasszikus kísérlet. Egy művelet előtti szinten levő gyerek szeme láttára, ha egy folyadékot áttöltünk egy alacsony széles pohárból egy magas keskeny pohárba – melyek térfogata ugyanannyi –, a gyerek azt mondja, hogy a magas pohárban van több. Akárhányszor is áttöltjük a szeme előtt, tagadja, hogy az alacsonyban több vagy ugyanannyi lenne. Ha mindezt videóra vesszük, és levetítjük nekik műveleti szinten, akkor nem akarják elhinni, hogy ezek ők voltak – azt hiszik, hamisítottuk a szalagot. Nem hiszik el, hogy valaki ilyen bolond lenne. Átmentek a paradigmaváltáson, de egy szikrányi sem maradt ebből tudatos. A szelf a paradigmaváltásai után nem újraértelmezi élete előző eseményeit az új világnézete perspektívájából, hanem *teljesen újraírja az élettörténetét az új, magasabb paradigma szemszögéből*. Akármelyik új szintre is lépünk, két dolog biztos: újraírjuk életünk eseményeit, és azt hisszük, hogy mindaz, amit most gondolunk, kezdettől fogva így is volt már. Ha ma visszagondolunk négy éves korunk időszakára, akkor azok az emberek jutnak az eszünkbe, akik akkor körülvettek bennünket. Az is eszünkbe jut, mit gondolhattak, hogyan érezhettek, hogyan látták a dolgokat, mi történt bennük. Ebben az életkorban azonban még nem voltunk képesek másokba belemélyedni, megérezni, mi megy bennük, az ő szemszögükből látni a dolgokat, a szerepüket magunkra venni. Ez a példa is mutatja, hogy automatikusan és tudattalanul az egész életünket újra írjuk abból a perspektívából, amelyben az éppen aktuális világnézetünk van, és azt képzeljük, hogy ez kezdettől fogva így volt. Ez persze teljesen eltorzítja azt, hogy valójában mi is történhetett akkor. Az emlékezetünk legyen az utolsó, amire támaszkodunk, ha a gyerekkor eseményeit akarjuk fellelni! A romantikusok csodálatos időszaknak tartják a gyerekkort, mert úgy vélik, ugyanúgy látjuk a világot, mint most, a különbség csak annyi, hogy akkor még felszabadultak, spontának és szabadok vagyunk. Az archaikus időszakot az ego nélküliség paradicsomi kornak tartják, a mágikust holisztikusnak, a mitikust pedig spirituális erővel övezett időszaknak tekintik. Ami valójában történik az az, hogy a romantikusok mindenféle csodálatos és nonszensz dolgokkal átírják, és újraolvassák a korábbi életszakaszokat, és ha videón megnéznék magukat, akkor nagyon meglepődnének. A gyerekkori emlékek benyomatainak a pszichén, melyek megtartják azt a világnézetet, amit képviseltek. Felnőtt fejjel az aktuális világnézetünk alapján értelmezve ezeket belemagyarázunk egy sor aktuális dolgot – mindezt tudat alatt tesszük, csak az újrafeldolgozás eredményét látjuk. Vannak olyan tudatállapotok, ahol hozzáférhetők ezek a benyomások – terápia, meditáció, drogok, intenzív stressz. Ilyenkor az egyén az eredeti módon éli át a múlt eseményeit, mert a jelenlegi világnézetét, paradigmáit átmenetileg ki tudja kapcsolni. Mikor pár perccel később visszakapcsol az aktuális, magasabb világnézet, akkor annak megfelelően visszamenőleg elkezd intenzíven újraértelmezni az átélteteket. Ezzel érdemes csíni banni – ezekből származnak azok az emlékek, hogy gyermekkorunkban megszállt a sátán, ufók jöttek, szexuálisan vagy más módon molesztáltak a szülők stb. Nagyon sokan állítják, hogy

gyerekkorukban rituális embergyilkosságok tanúi voltak, de ha mindez igaz lenne, akkor az amerikai hátsó kiskertek tele lennének gyerekhullákkal – az FBI ezeket még sose találta meg. Akik ezeket mondják, őszintén és mélyen hiszik, hogy így történt, senkit sem akarnak ezzel becsapni, és nem is érzik azt, hogy ezt ők találták ki. Lássuk be, ez a szamszára egy brutális hely. A szamszára metaforikusan az a világ, ahol önmagunknak és egymásnak rituálisan ártunk. Ebben élünk és ezzel a rémálommal valahogy meg kell küzdenünk. A megküzdési próbálkozás egyik módja, hogy szenvedéseink okát a gyerekkorunkban keressük. Úgy gondoljuk, hogy bizonyára rosszul bántak velünk, és ezért szenvedünk, és elkezdünk a gyerekkori emlékekben keresni, amelyhez egy barátságos terapeuta segítségét kérjük, miközben biztosak vagyunk abban, hogy anyánk késsel kergetett kiskorunkban. Felnőtt fejjel, mikor átírjuk az emlékünket, hogy anyáknak volt egy nagy kése, amivel a húsvéti sonkát szeletelte, úgy véljük, mi voltunk a sonka. Hasonlók azok az esetek, amikor a felnőttek úgy emlékeznek, hogy gyerekkorukban ufók vitték el őket. Ennek is hiteles élményanyaga lehet felnőtt fejjel és ismeretekkel átírva. Jung szerint az ufók archetípusok kivetítései. Az is lehet, hogy magasabb, spirituális anyagok keverednek ezen korai élményekbe. Gyakran születnek nagyon egocentrikus és nárcisztikus elgondolások – elvitték az ufók, és visszaküldték az emberiség megmentésének üzenetével, amiért ő a felelős. Ez az egocentrikus, nárcisztikus látásmód jellegzetes a második szintű szemléletmódban. Egy anyag aktiválódik abból a korszakból, és az egyén beleinjektálja a jelenlegi felnőtt ismereteit – pl. Gaia megmentése, meggyógyítása. A végeredmény egy teljes, jól kidolgozott, élettel teli sziporkázó történet, világmegváltó paradigma, amelyhez a kedves, segítőkész terapeuta is hozzásegít. A magasabb, transzperszonális, spirituális dimenziókat valóban megtapasztalhatjuk már gyerekkorunkban is, bepillantásokat nyerhetünk, az értelmezése persze külön történet. Ha valaki pl. azt fedezi fel, hogy gyerekkorában elvitték az ufók, és visszaküldték a világ megváltásának feladatával, akkor lehet, hogy egy csúcselménye volt, amelyet a második szakasznak megfelelően mágikusan magyaráz meg, és felnőtt szemmel hozzáteszi a világmegváltás paradigmát, amelyet a terapeuta segítségével alakít ki. Mindez élénk, nagyon is valós és tagadhatatlan. Mindez egyben kielégíti a terapeuta nárcizmusát is, hiszen az éndefiníciója a következően alakul: "egy új, világmegváltó fajnak vagyok a terapeutája" – ezzel hozzájárulnak a kialakuló tömeghisztériához is. Amiről az imént beszéltünk, jól mutatja mi történik, ha valaki spirituális valóságokat tapasztal meg egy olyan kultúrában, amely tagadja ezen dolgok létezését. Nem más ez, mint a kulturális őszintétlenség szigetének partjaira vetett emberáldozat a globalitás felé vezető utunkon.

11. Fejezet: Útban a globalitás fele – 2. rész

Megfigyelhetjük, hogy ahogy haladunk előre a tudatosság útján, fokozatosan csökken az egocentrizmusunk. A fejlődés iránya egyre kevésbé egocentrikus állapotokba vezet. Az evolúció azon alapkésztetése, hogy minél nagyobb mélységeket hozzon létre, azonos az egocentrizmus túljutására való késztetéssel, és az egyre nagyobb, kiterjedtebb és mélyebb egészek létrejöttének drivejával. A molekula felülkerekedik az atom egocentrizmusán, a sejt felülkerekedik a molekula egocentrizmusán. Ez a tendencia sehol nem annyira nyilvánvaló, mint az emberi fejlődésben. Az evolúció az egocentrizmus fokozatos hanyatlása. Howard Gardner erről jó összefoglalót ad. A kisgyerek teljesen egocentrikus, ami nem azt jelenti, hogy önző, és csak magára gondol, hanem egyáltalán nem képes magáról gondolkodni, hisz még nem képes magát a világtól külön érzékelni. Úgy érzi, mások is ugyanazt érzik, amit ő, osztják fájdalmát és örömet, dűnnyögését megértik, mindenki azt látja, amit ő. Ezt nemcsak az emberekről gondolja, hanem állatokról, növényekről is. Az emocionális szelf kialakulásával is még erősen egocentrikus és nárcisztikus, úgy véli, mindenki ugyanazt érzi, amit ő. A fogalmi szelf kialakulásával csökken az egocentrizmus, de még nem tudja felvenni más szerepét. Amikor már képes belelépni mások szerepébe, akkor dramatikusan csökken az egocentrizmus, és átlép a szociocentrikus látásmódba.

A szerep/szabály elme (4. szint) tárgyalásánál tartunk. Itt alakulnak ki a szociális szkriptek (társas forogatókönyvek). Itt már nem az az elsődlegesen fontos, hogy hogyan felelek meg az impulzusaimnak, hanem, hogy hogyan felelek meg a csoportoknak, amikben vagyok. Felismerjük ezen a szinten, hogy az egonk nem az egyedüli ego az univerzumban. Azonban itt még nem terjed túl a tudatosságunk a saját köreinken, akik velünk közös nézeteket osztanak, vagy velünk érdekközösségben vannak. Ha valaki ebbe a körbe tartozik haver, ha nem, akkor nem kedveljük. Ha valaki más kultúrájú, hitű, társadalmi státuszú, rangú, akkor önkéntelenül is ellenérzésünk van.³⁸ Ez voltaképpen egy mitikus tagság – aki osztja velünk a mitológiát az testvér, aki nem, az mehet a fenébe. Ekkor már képesek vagyunk decentrálni az egonkról a csoportra, de még nem tudunk decentrálni a csoportunkról. Az etnocentrikus nézeteimről nem tudok átváltani a tisztán globális, világcentrikus, univerzális nézetre.

Az ötödik szint lesz az, ahol mindenkit egyenlő emberi lénynek érzünk, élünk meg, meghaladjuk az etnocentrikus látásmódunkat. Ez előtt azonban – és a legtöbbünkre ez vonatkozik, ez a mai kultúra súlypontja – a szelf egy sereg szkriptnek, szabálynak, szerepnek, személynek igyekszik megfelelni. Ezek a szkriptek teszik lehetővé, hogy kifelé forduljunk, részt vegyünk az inszubjektív kultúrában, ahol a kölcsönös érdeklődést, törődést, kölcsönös gondoskodást tapasztaljuk meg. Mások szemével látjuk a világot, így egy szélesebb, kiterjedtebb tudatosságot tapasztalunk meg, ami túlterjed az "én", az "enyém" keretein. Ezek a szkriptek is torzulhatnak, maladaptívvá válhatnak. Akkor beszélünk szkript patológiáról, ha valaki fals, torz szociális maszkot hord. Lehet valakinek a szkriptje pl. az, hogy "én egy elcseszett ember vagyok, nem vagyok jó, sose tudok semmit jól csinálni". A fals szelf ezekkel a szociális hazugságokkal él, amelyekkel nemcsak a saját érzéseitől távolodik el, hanem attól a szelfjétől is, amellyel a kulturális világban normálisan részt tudna venni. Ha nem ismételné magában állandóan azt, hogy "én ezt nem tudom", akkor nem lenne problémája. A kognitív terapeuták ezekkel a fals szkriptekkel dolgoznak – pl. tranzakció-analitikusok,

³⁸ "Természetesen" azt hazudjuk magunknak, hogy liberálisok vagyunk, mindenki egyenlő, és nem figyelünk a testi reakciókra (ellenszenv, undor, düh), mert akkor észrevennénk, hogy a magasztos ideológiáinkkal a saját valódi érzéseinket maszkoljuk le.

családterapeuták, narratív terapeuták. A korábbi fejlődési szakaszokban nem lehet ezekkel dolgozni, hisz ott még nincsenek szkriptek. Ezen módszerekkel direkt mennek neki a fals, torz szkripteknek, játzmáknak, direkt rávilágítanak, hogy ezek a szkriptek nem igazak, egyszerűen hazugságok, hisz nem passzolnak a konkrét tényekhez. Aron Back, a kognitív terápiák egyik atyja azt találta, hogy a depressziósok téves hiedelmeket, szkripteket használnak, és úgy ismételtetik magukban ezeket, mintha igazak lennének. "Ha x nem szeret, már senki sem fog szeretni", "ha nem kapom meg ezt a munkát, sose kapok már munkát". Ezeknek lehetnek mélyebb gyökereik is, korábbi fejlődési stádiumokban kialakult zavarok, fixációk, ekkor feltáró terápiát is vezethet a terapeuta. Az ilyen kognitív terápiákban a személyt arra kérik, hogy figyelje meg a gondolatait, mítoszait, majd szembesítse őket a valósággal – tesztelje le, hogy valóban úgy vannak-e az életében. Lehet, hogy ha például nem kapja meg az adott állást, akkor még sincs vége az életének, nem hal meg. A terapeuta abban segít, hogy a kliens észrevegye magában ezeket a hamis értelmezéseket, és helyettesítse azokat a valóságnak megfelelőekkel. Az alapszemlélet: "Gondolkozz másképpen, és akkor másképp fogod magad érezni!" Ha a terapeuta erős érzelmek felbukkanását látja, amelyekkel nem tud mit kezdeni a személy, akkor átvált a terápia feltáró fázisba, melyben felhozzák azokat az érzelmeket, amelyeket a kliens elnyom, nem akar észrevenni. Egy tipikus terápia általában e két szinttel dolgozik – először a fals szkripteket ismerik meg, majd a mögöttes elnyomott érzelmeket hozza a felszínre. Az első tudatfejlődési szint patológiái mindezzel szemben olyan súlyosak, hogy orvosi pszichiáterek kezelik, akik gyógyszereket írnak fel. A kettes szinten struktúraépítő munkát végeznek. Ennek úttörői pl. Kenberg, Kohut, Masterson.

5. *Világcentrikus, érett ego.* A mi kultúránkban 11-15 éves kor körül jelenik meg a formális műveletek képessége. A konkrét műveletek szintjén a körülöttünk levő konkrét tárgyakkal tudunk műveleteket végezni, a formális műveletek szintjén viszont már a gondolatokkal is meg tudjuk mindezt tenni. Míg előtte az egyén nem tudja előre elgondolni, amit tenni fog, itt már a helyzeteket, eseményeket, problémákat lemodellezi a fejében, csúri-csavarja a gondolatokat. Logikai műveleteket végez, lehetséges esetekben gondolkodik – pl. "ha p, akkor q". Ezen a szinten nemcsak a világról gondolkozunk már, hanem a gondolatokról is. A formális műveletek gondolkodási állapotában akkor teszünk meg egy konkrét tevékenységet, ha azt előtte jól átgondoltuk (persze lehet, hogy habár már képesek lennénk rá, lustaságból mégsem gondoljuk át – ford.). A serdülőkor nemcsak a szexuális érés miatt zaklatott, hanem az elmében felbukkanó újabb és újabb lehetőségek miatt – amelyek eddig nem voltak jelen. Lehetséges szerepek, irányok, világok jutnak eszébe, és végiggondolja, milyen lenne, ha azokba fogna, mit csinálna, mi lenne a következménye. Ekkor válunk éretté az introspekcióna, először tárul fel az elme a tudat szeme előtt, kialakul a belső pszichológiai tér, egy új, izgalmas terület. Belső képeket látunk, halljuk a gondolatainkat, tudjuk és tapasztaljuk mindezeket. Tudjuk, hogy ez nem valami külső mitikus istentől származik, de nem is egy elfogadott tekintélyszemélytől, hanem valamilyen furcsa, megfoghatatlan és csodálatos módon mindez önmagunkból jön. Tudunk gondolkodni a gondolatokról, így képessé válunk megítélni azokat a szerepeket és szabályokat, amelyeket az előző szakaszban reflexesen "benyeltünk". A morális nézetünk megváltozik, és az előző konvencionálisról posztkonvencionálisra vált. Kritizálni kezdjük a saját társadalmunk konvencióit, hisz már mi magunk vagyunk képesek meghatározni a normákat. Többé nem azonosulunk ezekkel, hanem kritikus távolságból szemléljük, meghaladva és integrálva azokat. Már mint eszközökkel tudunk velük dolgozni. Ebben a folyamatban is láthatjuk a holonok egy adott szakaszra jellemző három fejlődési stádiumát. Először fuzionálunk a konvencionális szabályokkal és szerepekkel, majd differenciálódunk és meghaladjuk őket, szabadabbá válunk tőlük. Végül integráljuk őket magunkba – a szociocentrikus szintről a világcentrikus szintre lépünk. Ekkor ismét

decentrálódunk, csökken a nárcizmus és egocentrizmus. Tudni akarjuk, mi a jó, az igaz, a fair mindenki számára – nemcsak a barátaink, rokonaink, országunk stb. számára. Elkezdjük globális szempontból nézni a világot, amivel már egészen közel kerülünk a valódi, tiszta transzperszonalitásra való kinyíláshoz.

Ekkor már látjuk, hogy a csoportunk, vallásunk, ideológiánk nem az egyetlen az univerzumban. Ez egy nehéz átalakulás, és eléggé ritka, hogy valaki megvalósítsa,³⁹ hisz minél nagyobb a mélység, annál kisebb a kiterjedés. Az egész tudat fejlődésének és evolúciójának a történelmében először van igazán univerzális, globális, világcentrikus szemléletünk. Milyen hosszú és rázó út vezetett el idáig! A Szellem az evolúció során először néz át a szemeinken, a világ először szabadult meg az "én" és az "enyém" képzetétől, és megszületik a törődés, együttérzés és a meggyőződésből származó hit. A Szellem a saját intrinzik értékében bontakozik ki, és csak azoknak a hangján keresztül szól, akiknek bátorságuk van a világcentrikus térbe lépni, és nem adják ennél lejjebb.

Diverzitás és multikulturalizmus

A posztkonvencionális erkölcsöt a diverzitás és multikulturalizmus jellemzi. Míg a konvencionális erkölcs szociocentrikus, a posztkonvencionális világcentrikus, mely az univerzális egyenlőség szellemén alapul. Az ötödik szint ritka és elit, melyet nehéz megvalósítani. A probléma, hogy ha más emberekhez univerzálisan állunk hozzá, nem értik meg ezt, hiszen még nem ismerik ezt a tudatállapotot. Továbbra is egocentrikus szemszögből látják a világot. Felmérések szerint az amerikai lakosság csupán 4 %-a esik ebbe a magasan fejlett állapotba.

A világcentrikus látásmód nem egyenlő az elterjedtebb, multikulturális (a kulturális sokszínűség egyenlőségét hirdető) szemléletmóddal. Sokan vallják elméleti szinten, hogy mindannyian egyenlők vagyunk, függetlenül a kulturális származásunktól. Habár nem tették meg azt a tudatfejlődési lépést, ami ezt a látásmódot eredményezné, mégis ezt hangoztatják, és úgy viselkednek, mintha már ott lennének. Azt vallják, hogy minden embert és kulturális mozgalmat egyenlőnek kell tekintenünk, és egyik nézőpontot sem nevezhetjük a jobbnak a másiknál. Habár így vélekednek, mégsem tudják megmagyarázni, miért kívánják a náci és a Ku-Klux-Klan eltűnését. Ha tényleg annyira multikulturálisak vagyunk, akkor hogyan tudjuk elfogadni a náciakat? Nem mindenki egyforma? A válasz: nem igaz, hogy minden nézőpont egyforma és egyenlő. A világcentrikus nézőpont jobb, mint az etnocentrikus. Az etnocentrikus nézet viszont jobb, mint az egocentrikus. Egyszerűen azért, mert ezek egymást követő, holarchiát alkotó fejlődési szakaszok. A náci és a Ku-Klux-Klan olyan etnocentrikus mozgalmak, amelyek meghatározott mitológiára, a faji felsőbbrendűség mitológiájára épül, és világcentrikus nézőpontból ők alsóbbrendűek. A multikulturalista azonban nem engedheti meg magának azt az értékítéletet, hogy valakit alsóbb- vagy felsőbbrendűnek mondjon ki. A multikulturalista nem engedheti meg magának az alsóbb-felsőbbrendű rangsorolást. Zavarodottan tagad minden morális nézetbeli megkülönböztetést, úgy véli, minden nézőpont egyenlő, nem megengedett a megítélés. Aki nem ért vele egyet, azzal viszont intoleráns. Úgy gondolja, neki nemes az álláspontja, amit mindenkire megpróbál ráerőltetni, hiszen mindenki

³⁹ Egy-egy alkalomkor sokan átélnek ezt. Pl. a tv-ben vagy a moziban egy meghatározó filmet nézünk, és átérezzük, hogy mindannyian emberek vagyunk, egyenlő jogokkal stb., talán még könnyezünk is. A moziból hazafelé, ahogy az állapot elhalványul, visszaépül a megszokott tudatállapotunk, és már zavarnak a pénzt kérő koldusok, önmagunkban kritizáljuk a nálunk gazdagabbakat vagy szegényebbeket az utcán, a szomszéd idegesít stb. Kevesebben vannak, akik meg is maradnak tartósan a globális szemlélet állapotában, és életüket, tevékenységeiket, kapcsolataikat ez alapján rendezik át.

egyenlő. A tolerancia nevében kemény intoleranciát mutat, az együttérzés nevében pedig cenzúrát használ. Ez kapcsolódik ennek a szakasznak a patológiájához.

Ha egyszer kiszakadunk a kultúránkból, felülemelkedünk azon, és eltávolodunk a szocio- és etnocentrikus ítéletektől, akkor kik vagyunk mi? A régi kényelmes szerepek és szabályok nélkül kik vagyunk? Hogyan határozzuk meg a saját identitásunkat? Mit akarunk az élettől? Mik akarunk lenni? Erickson ezt identitáskrízisnek hívja. A multikulturalisták kemény identitáskrízisben vannak. A hivatalos álláspontjuk az, hogy az elitizmus minden megnyilvánulása rossz, de az aktuális énjük egy elit szerepet vett fel. Így kénytelenek hazudni maguknak az aktuális énjükkel kapcsolatban. El kell rejteniük önmaguk elől, be kell csapniuk magukat. Arra az álláspontra helyezkednek, hogy senkit nem szabad megítélni, minden morális álláspont egyenlő, kivéve persze a sajátjukat, mely felsőbbrendű, egy olyan világban, ahol semmi felsőbbrendűnek nincs helye. Ez identitáskrízist okoz. Ez tipikus 5. szintű patológia, a serdülő elme problémája. Ez a modernitás problémája. Azt állítja, hogy felülkerekedik mindezen, mégis ennek a csapdájában van, ezért állandó önbecsapásra kényszeríti magát. Ez Orwell "gondolat rendőrsége". Úgy tűnik, hogy az amerikai egyetemeken ez nagyon elterjedt. Ez Amerika újra eltörzsiesedéséhez vezet, ugyanis ez ösztönöz minden ego- és etnocentrikus társaságot, minden nárcisztikus elvet és politikát, azt mondván, hogy mindennek létjogosultsága van. Amerika a saját identitáskrízisével küzd.

Ezen a szinten a terápia az introspekciót, az önmagunkba tekintést, önismeretet használja. A terapeuta ilyenkor filozófiai dialógust folytathat a klienssel, aminek nem is a tartalma a lényeg, hanem a kliens formális-reflexív elmeműködésének és az eköré épült szelférzetének a betréningezése.

6. *Vízilógika*. Végül következék az utolsó olyan szakasz, amelyet az ortodox pszichológia is ismer. A hagyományos kutatók és elméletalkotók ennek a szakasznak a felismeréséig jutottak mint legmagasabb tudatállapot. Itt az alapvető struktúra a vizionális gondolkodás, vízilógika vagy hálózatlogika (network logika). Ez egy szintetizáló, integráló tudatosság. A formális műveletek szintje is szintetizál és integrál, de ez megmarad a vagy-vagy – egyik vagy másik, ez vagy az – arisztotelészi logikája mellett, tehát dichotomizáló logikát használ. A vízilógika nem ilyen kiszorításos, hanem interakciós gondolkodást használ, minden elem egyenlő módon jön számításba, egymással interakcióban van. A jobbkezes megközelítésben általában ilyenek a rendszerelméletek. Ha nem külső dolgokról van szó, hanem belsőkről, akkor egy integrált személyiséget találunk. Amikor az én gravitációs központja a vizilógikával azonosul, akkor egy nagyon magasan integrált személyiség jelenik meg, egy olyan én, amely globálisan szemléli a dolgokat, és nemcsak szónokol erről.

Erre a szintre Wilber a "Kentaur" szót használja. Ez a test és elme egységbe lépését fejezi ki. A nuszféra és a biosféra egyenlően van jelen, összekapcsolódik egy relatív, autonóm émben. Ez nem azt jelenti, hogy izolált, egocentrikus, elkülönült énről van szó. A hálózataiban integrált énről van itt szó, a felelősség és szolgálat hálózatába integrált énről.

Több kutató is foglalkozott ezzel a szakasszal (Erikson, Maslow, Selman, Loevinger, Broughton).

Az integrált én a testet és tudatot egyaránt tudatosan tapasztalja. Kialakul a megfigyelő én, ami elkezd túlhaladni az elmét és a testet, és ezért mint tárgyakat tudja szemlélni őket, ezekre állandóan tudatos tud lenni mint megfigyelhető tapasztalatokra. Nemcsak az elme néz kifelé a világra, maga a megfigyelő én az, ami kitekint a világra és az elmére, amely eddig a világot tekintette. Ez egy nagyon erőteljes transzcendencia, amely fokozódik a magasabb fázisokban. A megfigyelő látja a test és az elme impulzusait, érzéseit, és emiatt képes integrálni ezeket. Mint minden szinten, itt is a hármas folyamat látható: a kezdeti fúzió, a differenciálás és az

integráció. Az 5. szinten azonosulunk a formális elmével. Ezután a megfigyelő elkezd differenciálódni az elméről, és mint megfigyelhető tárgyat látja azt. Már nem azonosul vele, hanem képes integrálni az elmét más, a tudatban megjelenő komponensekkel is, valamint a testtel és annak impulzusaival. Így kialakul a kentauri állapot, ahol az elmét és a testet integrált egységként tapasztalhatjuk.

Ezt úgy is hívhatjuk, hogy *egzisztenciális szint*. Ezen a szinten teljesen egyedül vagyunk. Nincs többé vakhitünk a társadalom hagyományos szerepeiben, szabályaiban. Nem vagyunk etno- vagy szociocentrikusok. Inkább világcentrikus térben élünk. Minden szint, ami túl van a formális műveletek szintjén, globális nézetet eredményez. A magasabb és mélyebb állapotok abban különböznek, hogy egyre jobban feltárják ezt a perspektívát, amiből egyre több belátás, és egyre több szabadság származik.

Ezen a szinten szintén megjelenik a buktató, ugyanis a szabadság perspektívanélküliséget eredményez. Minden nézőpont egyformán érvényes, nincsen elsőbbség vagy dichotómia, vaglyagosság, minden lehetséges, nincsen kiemelt perspektíva. Minden egyszerre lehetséges, és ez nagyon dezorientáló hatású, amiben el lehet veszni. Minden perspektíva relatív és egymástól függővé válik, nincsen abszolút alap, nincsen stabil hely, ahol meg lehetne pihenni és azt mondani, hogy megérkeztünk.

Az a tény, hogy minden perspektíva relatív, nem jelenti azt, hogy nincsen előny. Ez nem jelenti azt, hogy valaki nem lehet előbbre egy másik embernél. Minél nagyobb mélysége van egy tudatállapotnak, annál magasabb szintű, mint a többi. Ha csak a relativitásra fókuszálunk, akkor jön a perspektívanélküliség örülete, amely során megbénul az akaratunk és ítélőképességünk. Azt éljük át, hogy minden relatív, nincs jobb és rosszabb, nincs értelme a megkülönböztetésnek. Mit csináljunk, merre lépünk? Nincs hová lépni, nincs mit csinálni. Nem vesszük észre, hogy ez az állapot jobb, mint más alternatívák, a hagyományos ellentétekben való gondolkodás. Ez a buddhista tanításokban a dolgok kölcsönös egymástól függőségének, tehát a karma látásának a szintje. Ott azt tanítják, hogy el kell jutni arra a szintre, ahol látjuk, hogy minden összefügg egymással kölcsönösen, nincs semmi állandó, minden relatív.

Ez az aperspektivikus tere a viziologikának azt jelenti, hogy a Szellem végtelen, csodálatos perspektívákon át szemléli a világot. Ez egy további decentralálás, további transzcendentálás, az evolúció következő spirálja az ego átalakulásának folyamatában.

A transzperszonalitás határához érve

Ezen a szinten a legfőbb jellegzetesség, hogy az én már nem “veszi be” a hagyományos és elvakult vigaszokat. Az én nem képes többé a trivialisokkal lenyugtatni magát. Pont ez az elsődleges feladata a 6. szakasznak, hogy sokkal autentikusabb én fejlődjön ki. A behatárolt, véges én a halálához érkezik, a mágia nem menti meg, a mitikus istenek, a tudomány nem segít. Ezzel a ténnyel való éles szembesülés eredményezi magát az autentikussá válást. A saját halandóságunkkal, végességünkkel való szembesülés az, ami autentikussá, hitelesen itt és most élővé tesz.⁴⁰ Az egzisztencialisták gyönyörűen elemezték az autentikus én jellemzőit, létezmódját, nézőpontját a világban. Valamint azokat a tévhiteket is, melyek meghamisítják, szabotálják ezt az autentikusságot. Egyik ilyen, hogy hazudunk a saját halandóságunkat

⁴⁰ A buddhisták azt javasolják, hogy mindennap elmélkedjünk a saját múlandóságunkon és halálunkon, és másokéin, mert pont ez segít abban, hogy a ragaszkodásainkat elengedjük, és önmagunk lehessünk – ezt “közönséges előkészítő”-nek nevezik, mely minden további meditációs gyakorlat előfeltétele.

illetően, és halhatatlannak vélt szimbólumokat gyártunk. Hiú, naiv, csalóka kísérleteket teszünk, hogy az időt legyőzzük, és örökkévalóan létezzünk valamilyen mitikus mennyországban, vagy valamilyen racionális projectben, vagy művészeti alkotásban, a hírnevünkben, az utódainkban. Ezekkel csak erősítjük a képtelenségünket a halállal való szembesülésre.

Inkább a külső erők passzív áldozatainak tekintjük magunkat. Hazudunk magunknak a jelen pillanat gazdagságáról, azáltal, hogy a múltba képzeljük magunkat, és ettől büntudatunk van, vagy a jövőbe, és ettől idegesek vagyunk. Hazudunk a felelősségünket illetően, a csordaszellemben menekülünk, és elveszünk a másokban. Mindezt azért, hogy a pusztán létezésünk sokkoló valóságától, tényétől elbújhassunk. Az autentikusság nemcsak önmagáért fontos, hanem azért is, mert ez a bejárat a transzperszonális szintekre, melyeket nem korlátoznak mítoszok, mágikus elvárások, ego vagy etnocentrikus túlfűtöttségek.

Az egzisztencialista írók írásaiban kíméletlenséget, zord hangvitelt találhatunk. Pontosán azért mert ez az egzisztenciális félelem, szorongás területe, a kényelemtől, a vigasztól, az áltámaszoktól való mentesség. Az elkeseredésnek az az oka, hogy legtöbbször nem ismerik az innen továbbvezető utat. Ha egy egzisztencialistának azt állítjuk, hogy vannak olyan tudatszintek, melyek túlmennek az egzisztenciális félelmen, akkor azt látják, hogy próbáljuk leplezni önmagunk előtt a halálfélelmünket, az énünk túlélését biztosító tevékenységeinket, a függő viszonyainkat, tévedéseinket, és a fejünkre olvassák, hogy nem vagyunk autentikusak. Ha mosolygunk, máris nem vagyunk autentikusak, mert máris megtörtük a szürke örömtelenség szent körét.

A 6. szinten is a fúzió az első lépés, eggyé válás az egzisztenciális, autentikus állapottal. Így ez válik minden realitásunk referenciapontjává. Ez a középpontunk, amihez képest nézünk minden jelenséget. Minél több dühöt, szorongást, félelmet tudunk kimutatni, a létezésünk értelmetlensége iránt, annál autentikusabbak vagyunk. Nem szabad mosolyognunk, mert az az inautentikusságunkat mutatja. A fő probléma ezen a szinten, hogy már nem vagyunk a perszonális szinten, de még a transzperszonálison sem. A perszonális ízetlenné, mélységesen jelentéktelenné, értelmetlenné vált. Meg fogunk halni, minek élünk akkor így? Ennek a szintnek a patológiájánál általános az érték, a jelentés hiánya, minden értéktelen, kiüresedett. Erre való az egzisztenciális terápia.

Érdekesség, hogy az eddigi kutatások alapján a "Kentaurnak" boldognak kellene lennie. Integrált, autonóm énje van. Mindent kipróbált már, amit a perszonális területek nyújtani tudnak, és ez nem elég. Semmilyen élmény, tapasztalat nem ad újat, nem elégít ki. Semmit sem érdemes hajszolni, keresni. Nem azért, mert nem sikerült elérni a dolgokat, hanem azért, mert mindent elért az ember, és továbbra is hiányérzete maradt. A világ pont a legnagyobb dicsőség tetején vált szürkévé, lapossá. Minden, ami korábban izgatottságot okozott, tervek, élmények, vágyak, azok semmivé váltak. Ki fogja meghallani a hívásunkat a sivárság poklában? Miért élünk? Honnan vegyük a lelki erőt, bátorságot, hogy ellenálljunk a kardoknak és lándzsáknak, melyek naponta sértik fel oldalunkat? Minek próbáljuk meg, a végén úgyis minden semmivé foszlik. Küzdeni vagy megadni magunkat? Az életcélok eltűnnek. Ez az az ember, aki szemtől szemben áll a létezéssel, és mélységesen elege van belőle. A személyes dolgok értéktelenné váltak számára. Eljutott a transzperszonalitás kapujához. (A buddhisták erre mondják, hogy a meditáció alapja a szamszárától való undor.)

12. fejezet: A szupertudat területei – 1. Rész

A transzperszonális szakaszokról, a tudatfeletti szintekről (szupertudat) fogunk beszélni. Vajon mi az a megfigyelő én, ami megjelenik a Kentaur szinten, és megfigyeli a testet és a tudatot? Milyen mélységig, hová vezet? A nagy misztikus tradíciók és bölcsek éppen erre adnak választ. Azt mondják, hogy a megfigyelő én egészen az Istenhez megy. Saját tudatosságunk legmélyebb pontján a végtelenséget találjuk. A megfigyelő ént, Ennek is hívják, vagy a Tanúnak. Mindent megfigyel, mindennek a tanúja. Tiszta jelenlét, Tiszta Tudatosság. Ez az áttetsző tanú a direkt sugara az élő Istennek. A végső Én, nem más, mint Krisztus, Buddha, maga az üresség. Ez a világ nagy bölcseinek, misztikusainak a megdöbbentő tanúságtétele. Ez az a hely, ahol az elme megszűnik. Az Én, a Tanú a kezdetektől fogva jelen volt mint tudatosságunk alapja, akármelyik szakaszban is volt a tudatosságunk, csak nem volt tudatos magára. Jelen volt a szimbólumokban, az érzésekben, a gondolatokban, de ahogy zajlik a növekedés, a transzcendencia, úgy válik egyre érzékelhetőbbé. Bármely holonnak a mélyén ez van. Ahogy a mélység növekszik, a tudatosság egyre erősebben, észrevehetőbben süt át. Ebben semmi okkult nincsen, hiszen láttuk, hogy minden szinten az én identifikálódik, az adott szinten megjelenő új jelenséggel, majd attól elválik, és végül integrálja önmagába. Ugyanígy volt a legutolsó szakaszban a Kentaurnál a gondolatokkal, belső képekkel, érzelmekkel. Ezekről elválik az én. Magától az elmétől válik el. Itt kezdődnek a misztikus, befelé tekintő, kontemplatív, meditatív hagyományok, a jóga módszerek. Ott kezdődik az egész, ahol az elme kiszáll. Mikor az én túljut az elmén, transzracionálissá, transzperszonálissá, transzmentálissá válik, akkor kezdődnek az újfajta megélések, utak. Ezek a meditációs tradíciók azon alapulnak, hogy megvizsgáljuk és megtapasztaljuk magunk a tudatosság mélyebb rétegeit. A fő cél: végig követni a tudatosságot egészen a forrásáig. Megfigyeljük, átéljük, ami ott van, nemcsak elgondolkodunk róla.

Amikor túllépünk a saját egonkon, a saját énünkön, akkor felfedezzük az énünk igazi természetét, ami nem más, mint a Szellem, az üresség maga. Ez az, amiben az egész manifesztálódó kozmosz, a jelenségek világa megjelenik. Minden jelenség közös alapját fedezzük fel magunkban. Olyan felső identitást találunk a tudatunk mélyén, ami azonos az egész megnyilvánult világgal, közös alapja annak, amit egykor különálló énként és külső jelenségekként tapasztaltunk. A közös, egységes, elválaszthatatlan, végtelen alapot találjuk meg. Az elkülönült én képzete végleg szertefoszlik. Így halad az evolúció útja az anyagon át a testig, a testtől az elméig, az elmétől a Szellemig. Az evolúció a fizikai világon át halad az élőlények megjelenéséig, majd az érzelmek és racionális tudaton át a végső Szellemig. Ezeket a fokozatokat át az Én a sekély és szűk dimenziókon át az egyre mélyebb, tágasabb dimenziókig halad, egyre szélesebbé, tágasabbá válik, míg eléri mindennek a végső alapját. A transzperszonális fejlődési szakaszok nem mások, mint a megfigyelő én szintjei, amelyeken át követi önmagát a végső felismerésig, a Tiszta Ürességig. Ez az egész evolúciós folyamat alapja és célja, minden emberi történéseknek, érzéseknek, életeseményeknek, fejlődésnek ez a célja.

A transzperszonális szakaszok

Mindig is kevesen voltak az emberiség történelmében azok a férfiak és nők, akik a fejlődésnek ebbe a szakaszába emelkedtek, akik kiléptek a szokásos életmódból, rendszerből, túlléptek az átlagoson, a normálison, és elindultak a tudatosság új, magasabb szféráiba. Ezen az úton mindig csatlakoztak egymáshoz a hasonló szinteken járó, hasonló gyakorlatokat végző emberek. Az ilyen közösségek gyakorlatokat, szabályokat, paradigmákat dolgoztak ki, melyek

segítették a tudat fókuszálását a mélyebb területekre és a magasabb világterek feltárását a gyakorló számára. Az úton előrehaladt személyek ezeket leírták, és tanították a tanítványaiknak, utódaiknak, útjelzőket hagytak, melyek segítségével más is beléphetett a magasabb tudati birodalmakba. Ránk maradtak ezeknek a belső utazásoknak a térképei, azzal a központi kikötéssel, hogy csupán ezeknek a térképeknek a megtanulása, memorizálása nem segít semmit. Végig kell járni az utat. Csak elolvasni a könyvekben leírt spirituális tanításokat, meghallgatni előadásokat, elmenni nagy mesterekhez, csupán annyi, mint a térképet nézegetni. A meditációs, kontemplatív gyakorlatok, melyek elvisznek a célhoz.

Mit csinálunk mi a XX. század végén? Vesszük ezeket a különféle ösvényeket, térképeket, összehasonlítjuk őket, keleti, nyugati, ősi és modern tradíciókat, megnézzük, mik a különbségek, és járjuk őket. A jobbkezes megközelítés, az akadémikus okoskodás, vitatkozás meg sem érinti a lényegét. Bizonyos ösvények teljesebbek, mint mások, egyesek egy-egy szintre specializálódnak, mások kihagynak bizonyos szinteket, mások egy-egy szintet sok alszintre osztanak. Ebben a gyakorlati alapokon nyugvó kultúrközi összehasonlításban megpróbálunk egy Master Template-t gyártani, ami nem más, mint a tudat magasabb szintjeinek széleskörű, összetett térképe. Ezek megmutatják, hogy milyen magasabb szintek vannak bennünk, milyen belső potenciálok, alapvető struktúrák vannak, melyek arra várnak, hogy felfedezzük őket a belső növekedésünk során.

Nagyon sok kutatást végeztek a transzperszonális pszichológusok e téren, egyrészt a saját tapasztalataik, más úton járók és a különféle írással összehasonlítása alapján. Mára elég nagy biztonsággal állíthatjuk, hogy legalább négy nagy állomása van a transzperszonális fejlődésnek. Ezek Wilber felosztása szerint:

Pszichikus – szubtilis – oksági – nonduális (ez utóbbi maga a tér, amire írok most)

Ezek alapvető struktúrák, mindegyikből másképp néz ki a világ, mindegyiknek megvan a maga világlátása. Ezek a következők:

Természeti miszticizmus – istenség miszticizmus – formátlan miszticizmus – nonduális miszticizmus

Minden szint jól elkülöníthető egymástól, meglehetősen specifikus, rá jellemző világnézetet tartalmaz, eltérő világfelfogási móddal, eltérő érzéssel, más morális hozzáállással, más szükségletekkel. Sose feledjük, hogy nem a szinteken, a létrán van a történet lényege, hanem a lényeg maga a mászó, az énrendszer.

Ezekre a magasabb szintekre való betekintés – amikor még alacsonyabb szinten járunk a fejlődésünkben, és alacsonyabban van a súlypontunk – nagy élmény lehet. Utána visszaesünk az aktuális énszintünkre, és onnan haladunk tovább, vagy a csúcsmélységek annyira megzavarhatják a jelenlegi énünket, olyan sokkhatásuk lehet, hogy regresszálhatunk korábbi szintekre, ahol még elintézetlen ügyeink vannak. Ez akkor jön elő, amikor visszajövünk az élményből, és az egonkkal elkezdjük értelmezni azt. Ilyenkor előbukkannak a még lerendezetlen dolgok bennünk.

A transzperszonális szinteken a fejlődés nem mereven lineáris. Az előrelépés akkor történik, ha az énközpontunk azonosul a magasabb struktúrákkal, az énem gravitációs központja felkerül, új otthont épít, mely köré a percepcióját, morális hozzáállását, motivációit elrendezi, és megnyilvánítja. Minden tradíció leírja ezeket a szinteket és azok jellegzetességeit, azt hogy hogyan lehet odajutni, hogyan lehet visszaesni, mik a veszélyek. Ezeket megtapasztalhatjuk egy csúcsmélység során, előreugorhatunk – ehhez idő kell, hogy azokat megemésszük,

integráljuk, megszilárdítsuk –, de ha az egész struktúránkat nem vesszük fel, akkor “elszállhatunk”, nincsen alapja az élményeinknek, elszakadunk saját gyökereinktől.

7. szint – *a pszichikus szint*. Ennek a szintnek a lényege, hogy állandó éberség és tudatosság van jelen, amely függetlenné válik az individuális egótól, vagy a Kentaurtól. Bár parapszichológiai jelenségek jelennek meg az egyén életében, nem ez, ami meghatározza ezt a szintet, hanem az állandó éber tudatosság jelenléte. Ezen a szinten megélhetjük, hogy időnként feloldódik az elkülönült érzetünk, és a durvább, a szenzomotoros világgal eggyé válunk. Ez a természeti miszticizmus élménye. Például ülünk egy hegytetőn, relaxálunk, pihenünk, és egyszer csak “vumm”, nincs többé szemlélő és hegy, hanem az egész eggyé válik, a szemlélő a hegyé válik. Ott a hegy, és úgy érezzük, hogy mi magunk vagyunk a hegy, *bennünk* van a hegy. Közelebb van a hegy, mint a saját bőrünk. A tárgy és a szemlélő között megszűnik az elkülönültség. A tárgy itt a külvilágot jelenti, a természetet. Megszűnik a kívül és belül különbsége. Ez mégsem pszichotikus adualizmus, mert ebben az állapotban pontosan meg tudjuk mondani, hogy hol van a testünk és a környezetünk határa. Ilyenkor természeti misztikussá válunk, a magasabb Énünk, a felsőbb Lélek, vagy Világlélek, vagy az ökoetikus én nyilvánul meg bennünk. Ez a váltás az egyéniből az egységbe nagyon hirtelennek tűnik. Ne feledjük, hogy e pont előtt egy hosszú folyamaton mentünk végig, ahol már egy csomó elkülönülést tettünk meg a testünktől. A materiális szinttől, ami az első szinten volt, már a második szinten a biológiai, érzelmi szinten vagyunk, a harmadik szintnél a mentális dimenzióban, a negyedik szinten szociocentrikus dimenzióban, itt már meghaladjuk a pusztán individuális létünket, már nem test vagyunk, hanem szerepek (apák, anyák vagyunk, szakmánk van, céljaink, értékeink vannak). Már kulturális identitásunk van, bár nem tudjuk elképzelni, hogy kultúra nélkül hol lennénk, mik lennénk, hogy élnénk. Az ötödik szinten mindezen a kulturális, konvencionális kereteken túljutunk, és a világgözpontú identitást alakítjuk ki. Globális identitásunk lesz. Ezt onnan ismerjük fel, hogy fáj etnocentrikusnak lenni, zavarba ejtenek az etnocentrikus beszédek. Innen már csak kis lépés a váltás, amikor az énünket nemcsak minden élő emberrel érezzük egységnek, hanem minden élőlényrel. Az antropocentrikus előítéleteink is lassan eltűnnek, és kiterjedünk minden élőlényre. Ekkor éljük meg a Világléleket. Ahogy a molekulák egy reggel arra ébrednek, hogy az atomok bennük léteznek, a sejtek arra ébrednek, hogy a molekulák bennük léteznek, mi is egy reggel arra ébredünk, hogy a természet a mi részünk, bennünk létezik, nem pedig mi vagyunk a természet részei. Úgy kezdjük kezelni a természetet, ahogy mondjuk egy hétköznapi ember bánik a saját tüdejével. Óriási óvatossággal, odafigyeléssel, gyengédséggel. Ez nem ideológiákból fakad, nem hangoztatjuk, hogy mi mennyire természetvédők vagyunk, nem is tudunk másmilyenek lenni, másképp látni. Ez spontán, szívből jövő környezeti etikát teremt meg benned. Ez furcsának, távolinak tűnik, amíg meg nem tapasztaljuk mi magunk. Nem egyetlen lépést teszünk a testünktől a Világlélekig, hanem egy hétlépcsős folyamaton megyünk végig.

A pszichikus szint rendellenességei a következők (ezt a részt a *The Eye of Spirit* c. könyvből vágtam ide – ford.):

1. A spirituális élmények és/vagy energiák váratlan és erőteljes betörése a tudatba olyanoknál, akik nem foglalkoztak még spirituális gyakorlatokkal. Például a Kundalini energia berobbanása, amit Wilber "pszichológiai dinamik"-nak nevez. Ez enyhébb esetben zavaró, erősebb esetben pusztító is lehet. A megfelelő terápia: az egyén egy terapeuta mellett "átvészeli a vihart" (konvencionális pszichiáter borderline vagy pszichotikus rohamnak vélheti, és begyógyszerezheti, amivel befagyasztja a folyamatot), vagy

tudatosan belefoghat egy gyakorlati spirituális út követésébe. Ha energiaproblémáról van szó, kifejezetten a jóga ajánlatos egy tapasztalt mester vezetésével, aki jó, ha a terapeutával együtt tud működni.

2. Létezik olyan zavara is, amikor alacsonyabb szintű patológiákba törnek be pl. channelling élmények (csatornázás, médiumitás). Általában ezek mögött neurotikus, borderline vagy pszichotikus személyiségzavar áll. Ekkor a jungi terápia ajánlott, a kontemplatív gyakorlatok (akár jógi, szent vagy bölcs gyakorlatai ezek) kontraindikáltak. A megfelelő struktúraépítés után lehet belefogni a kontemplatív ösvények lágyabb formáiba.
3. Az ösvényre lépő kezdő gyakorlót gyötörhetik különféle dolgok, többek között a következők.
 - Az ego felfújja magát a megélt magasabb betekintések és tapasztalatok által, és egyensúlyvesztetté válik. Általában ez azért van, mert a megélt élmények korábbi nárcisztikus, borderline vagy pszichotikus maradványokat aktiválnak újra. A terápia ilyen esetben a magasabb élmények és a nárcisztikus elemek gondos elkülönítése lehet. A meditációt abba kell hagyni, és ha kell, struktúraépítésbe kell fogni.
 - A spirituális gyakorlatokat helytelenül végzi, és kiegyensúlyozatlanná válik. Ez főleg a tisztító gyakorlatokat használó ösvényekre vonatkozik – pl. Kriya és Charya jóga, mantájána. Ez igen gyakori, és jelzi, hogy mennyire nagyon fontos egy képzett meditációs mester vezetését követni. Ilyen esetben a terápia a meditációs mesterrel való konzultáció lehet.
4. Gyakori a "lélek sötét éjszakája" is, amikor egy magas élmény – pl. Isten-élmény – elmúltával az illető szembesül életének sötétségével az élményéhez képest, ami miatt letört, kihűlt és depressziós lesz. Javallott terápia: olvassa el az illető mások beszámolóit arról, hogy ők hogyan vészték át ezt az időszakot.
5. Van, akinél az életcélok megghasadnak, ennek a tipikus kérdése: "Maradjak a világban, közéletben, vagy vonuljak vissza meditatálni?". Szakadékot érez az alsó és felső szükségletei között, összekeveri a világi dolgok meghaladását a világi dolgok elnyomásával. Wilber szerint fontos, hogy a spirituális gyakorlatokat a mindennapi élettel összhangban végezzük, különösen a mi kultúránkban és különösen a mostani korban. Terápia tehát a mindennapokba való integrálás lehet, vagy más ösvény keresése, ami nem okoz szakadékot.
6. Pseudo-dukha (ál-szenvedés) állapota. Az illető egyes ösvényeken – főleg vipassana gyakorlatok hatására – túlzottan átlátja a létezés szenvedésteli természetét, jobban, mint azt a tréning megkívánná, így az élet savanyúvá válik a számára, és csak szenvedésnek éli azt meg. Ekkor abba kell hagyni a vipassana meditációt. A terápia lehet a meditációs mesterrel való konzultáció, de olykor ez a legrosszabb, amit tehetünk. A meditációs mestereknek általában nincs pszichodinamikai ismeretük, nem ismerik fel a személyiségzavart, és a gyakorlatok fokozására készítetik a gyakorlót, ami a legrosszabb lehet pl. lappangó patológia esetében. Ilyenkor pár hónapra érdemes abbahagyni a gyakorlást.
7. A prána helytelen használata és félreirányítása révén – főleg rádza jóga, sziddha jóga, jóga tantra és Anu jóga gyakorlatoknál – nagyon erős pszichoszomatikus zavarok lépnek fel, úgymint kontrollálhatatlan izomrángás, légzészavarok, erőszakos fejfájás. Ezek helytelenül végzett vizualizációs és koncentrációs gyakorlatok következményei. A mesterrel való konzultáció és szakszerű akupunktúra segíthet.
8. "Jóga betegség" – a pszichikus energiák túlzottan megterhelik a fizikai-érzelmi testet, és ez szívproblémákhoz, allergiákhoz, bélbajokhoz és rákhoz vezetnek. Ramana Maharshi és Suzuki Roshi is valószínű szenvedtek ebben. A terápia ugyanaz, mint a megelőzés: a

fizikai és érzelmi test fitten tartása – tornagyakorlatok, laktovegetáriánus diéta, koffein, nikotin, cukor és szociális drogok kerülése.

Mélyökológia és ökofeminizmus

Az imént vázolt látásmódra épül a mélyökológia. A mélyökológistákkal az a probléma, hogy sokan megtapasztalják közülük a Világlelket, aztán utána az egészet megpróbálják leredukálni a jobb alsó kvadránsba. Megalkotják a jobbkezes, empirikus holizmust. Funkcionális illeszkedést tulajdonítanak mindenkinek, azt mondják, mindannyian egy-egy szál vagyunk a nagy, egységes hálóban. Ez teljesen leszűkíti a belső dimenziókat. Az elméletalkotók a Kozmoszt a szociális rendszer monologikus térképévé redukálják, amit általában Gaiának neveznek. Ez olyan lapos nézetű térkép, mely figyelmen kívül hagy 6-7 belső transzformációs szintet, melyek őket is eljuttatták oda, hogy meglássák a Világlelket magukban. Az a kijelentés, hogy mindannyian egy-egy szála vagyunk az egységes nagy hálónak, nem így van. A Világlelek tapasztalásában nincs is háló, nem egy fonál vagy, hanem maga az egész háló. Pont ez a lényege, hogy kiszabadulunk a “szál vagyok valamiben” szemléletből. Ellenkező esetben úgy kezdetünk gondolkozni, hogy a világ megváltoztatásához egyszerűen elég az, hogy mindenki egyetértsen a mi monologikus térképünkkel, elfelejtve a térképkészítő 6-7 nagyobb belső átalakulását. Azt hihetjük, hogyha egyetértenek az elméleteinkkel, akkor megváltozik a világ. Az embereknek maguknak kell végigmenniük ezeken a belső lépcsőfokokon. Hasonló ez, mint a multikulturális nézetek.

Az ökofilozófiák leírásaiban nem találunk semmi jelet a belső fejlődésre, nem fejtik ki, hogy hogyan tudunk az ökoszisztémás látásmódba eljutni. Ezekben a mozgalmakban a tapasztalatok hitelesek, de azok interpretációja nem megfelelő. Nemcsak hogy nem esik szó a belső fejlődésről, hanem el is terelik róla a figyelmet, sabotálják, és ezzel megnehezítik az emberek átalakulását. Az emberek nem önmagukra, a belső fejlődésükre figyelnek, hanem olvassák a könyveket, egyetértenek, szervezkednek, és nem jutnak előbbre. Ezek a mozgalmak nem viszik előbbre a globális átalakulást, az emberek egyedi tudati fejlődését. Ezek a mozgalmak az átalakulás helyett a tudat fragmentációját, pártra állását támogatják.

Az enneagram és az alapvető váz

Mi az, ami minden pszichikus szinten közös? Az, hogy egyik lábbal a durva, személyes területen vagyunk, a másik lábunkkal pedig a finomabb transzperszonális területen. Ez a durva valóság meghaladásának a kapuja, a közönséges test, elme és kultúra meghaladása. Ezt gyakran meditációs állapotok előzik meg, például sámáni utazások és víziók, a Kundalini energia felébredése, a belső pszichikus anatómia teljes feltárulása, a finom energiacsatornák, csakrák meglátása, spontán spirituális ébredés. Mély múltbeli traumák újbóli átélése, azonosulás valamilyen természeti jelenséggel, állattal, növényvel, egészen a minden természeti formával való azonosulásig.

Ahogy az én meghaladja a Kentaurt, mélyebb és magasabb dimenziók tűnnek fel, és ezeket látja, és tapasztalja. Minden tárgy, ami a szemünk előtt van, közvetlenül érzékelhető, átélhető ebben az új pszichikus világtérben. Ebben a pszichikus világtérben a tárgyak éppoly valóságosak, mint a szenzomotoros világtérben mondjuk a sziklák, vagy a fogalmak a mentális térben. A pszichikus térben nem kell azon gondolkodni, hogy ezek a dolgok igazak, vagy nem igazak, éppolyan valóságosak, mint más világterekben más tárgyak. Amíg nem ébredtünk rá a pszichikus kogníció szintjére, addig nem látjuk ezeket a dolgokat, ahogy a

szikla se látja a gondolatokat. Lehet, hogy kellemetlen dolgokat mondunk azokra, akik ezt látják: képzelődnek, hallucinálnak, megszállott stb.

A pszichikus tér is egy világtér, amiben a neki megfelelő jelenségek jelennek meg. Például a mentális térben megjelennek a gondolatok, az alatt nem is tudjuk, hogy vannak gondolatok. Ugyanígy van a gondolatvilágunkon túli dimenziókkal is.

Felmerülhet a kérdés, hogy a különböző személyiség típusok hogyan illeszkednek bele a tudatfejlődés spektrumába. Legtöbb tipológia különféle karakterleírásokat ad, ami minden szinten megjelenik, kivéve persze a végső határokat. Itt nem a tudat szintjeiről van szó, hanem a típusairól, melyek minden szinten megjelennek. Például van az introvertált-extrovertált felosztás. Lehetünk egyik vagy másik, mondjuk a negyedik szinten. Ez a helyzet például az enneagrammal. Ez a 9 személyiségtípus a tudat minden szintjén létezik.

Ahogy a személyiség elkezd kifejlődni az első három fejlődési szinten, akkor a belső, veleszületett erejének és a fő védekezési mechanizmusának megfelelően a 9 típusból valamelyiket felveszi. Ezek a típusok körülbelül a hetedik szintig megmaradnak, ahol kezdenek átalakulni a nekik megfelelő, korrelatív bölcsességgé, lényeggé. A tantrikus hagyományból vagy a szúfizmusból is jól ismert, hogy ha tiszta tudatossággal lépünk egy alacsonyabb szintre, akkor ez a szint átalakul a neki megfelelő bölcsességgé. Például ha a szenvedélyt megközelítjük a tudatossággal, akkor átalakul együttérzéssé. Ha a haragot közelítjük meg a tudatossággal, akkor átalakul fényé, tisztasággá. Magasabb szinten az enneagram típusok is elkezdnek átalakulni, megmutatkozni a nekik megfelelő bölcsességben, lényegben. Az enneagram nem fedi le a szubtilis dimenziókat, csak kicsit, de nagyon erőteljes módszer a jobbkezes megközelítésben. (Don Riso használja a tudatfejlődési szintekkel kapcsolatban.)

Amerikában egyre népszerűbb az enneagram, olyan, mint egy nagy pszichológiai társasjáték. Meg akarod tudni a Szerepedet? Húzz egy számot! Ez elég szerencsétlen megközelítés. Roger Walsh (ismert transzperszonális pszichológus) kidolgozott egy olyan rendszert, ahol mind a vertikális, mind a horizontális dimenziókat figyelembe veszi. Leírja a pszichikus, szubtilis, non-duális, oksági állapotokat, és vertikálisan egy skálát ad meg, melyen tucatnyi változót, paramétert analizál. Például a kontroll érzetét, energizáltsági érzést, emocionális hatásokat, koncentrációs készséget. Így egy multidimenzionális hálót kap, ami sok tudást sűrít magába a transzperszonális területekről.

8. szint – a *szubtilis*. A szubtilis annyit jelent, hogy finomabb, mint a durva (külső, anyagi dolgok illetve gondolatok, képek, érzelmek). Ebben a szakaszban finomabb tudásnak nyílunk meg. Ezek belső fények, belső hangok, archetipikus formák és minták. Nagyon finom áldás-, gyönyör-, áramlásérzés. A szeretet, együttérzés kiterjedt állapotai ezek, illetve ha más szintre megyünk, patológikus jelenségeket találunk, például találkozunk a “kozmosz terror, ösgonoszság” érzetével. Ez a finom szakasz sem végig “buli”, minden fejlődési szakasz dialektikus.

Ez a szint az istenség miszticizmus szintje. A saját archetipikus formánk egységbe kerül egy isten vagy istennő lényel, “Brahmannal”. Ezt hívják a savikalpa szamadhi állapotának.

Ennek a szintnek az első, fúziós szakasza, amikor egységbe lépünk ezekkel az istenségekkel. Ez nem csupán természeti miszticizmus, nemcsak a természeti világgal való egység (amit a buddhisták nirmanakájának hívnak), hanem egy mélyebb egység a finomabb dimenziókkal (a buddhisták szambogakájának hívják, vagy a “belső gyönyör testnek”, “átalakulás testnek”). Ez meghaladja, és magába foglalja a finom és természeti területeket is. A természeti miszticizmus átadja a helyét az istenség miszticizmusnak.

Ezek a szintek teljes formájukban nincsenek meg az emberben, inkább csak a mélyebb struktúrájuk mint potenciálok. Amikor ezek a hajlandóságok kibomlanak, az aktuális felszíni struktúrájuk kibomlik mind a négy kvadránsban. Megnyilvánulnak mint szándékbeli, viselkedési, kulturális és szociális minták. A klasszikus esetekben az ember egy intenzív belső fényélményt, finom megvilágosodást tapasztal. Lehet, hogy ez halálközeli élmény is egyben. A keresztények általában Krisztust látnak vagy egy angyalt, szentet. A buddhisták mint Buddha “gyönyör testét” tapasztalják meg. A jungiánus az én (szelf) archetipikus élményét élheti át. Minden mélységet valahogy értelmezni kell. Ehhez szükség van háttéranyagokra, elemekre, melyekből maga az interpretáció létrejöhet. Ezt az egyén egyedi kulturális, szociális háttere adja. Ezek mind segítenek jelentést adni az élménynek. Ez elkerülhetetlen. A magasabb állapotokban tapasztalt struktúrát nem úgy kell elképzelni, mint a pszichénkbe beágyazott, apró “kincsdarabokat”, arra várva, hogy kiássuk őket. A mély struktúrák adottak, de a felszíni struktúrák nem. Maga az élmény tartalmazza az értelmező momentumot, mely nem jöhet létre háttér nélkül. Ne gondoljuk az ellenkezőjét sem, hogy ezek az élmények maga a kultúra termékei, hiszen ezek az élmények a kultúrák keveredésében is megjelennek, sőt sok helyen a kultúra tiltja, vagy tagadja hivatalosan az ilyen élményeket (nálunk ugye máglyahalál, meg diliház várt azokra, akik ilyesmiről beszéltek – ford.). Ettől függetlenül minden korban voltak olyanok, akik átéltek ilyesmiket.

Ha a naplementét nézzük, sokféle értelmezés lehet a fejünkben. Lehet romantikus, racionális, a kultúrától függően, de ez nem jelenti azt, hogy ha a kultúra eltűnne, akkor a Nap is eltűnne a szemünk elől. A különbség, hogy az alacsonyabb tudatszinteken nem találkozunk a megvilágosodás élménnyel. Nincs rá bizonyíték, jel, nem látható. A hároméves gyerek, bár közöttünk él, nem tudja, hogy léteznek gondolatok, nem is lehetne megértetni vele.

A megjelenő archetípusok között nemcsak a jungi archetípusokat értem. A jungi archetípus egy alapvető, öröklött belső kép, forma a pszichében. Alapvető primordiális képek ezek, olyan – mindenki által megtapasztalt – élményeket képviselnek, mint a születés, anya-apa, árnyék, bölcs öregember, lázadó ifjú, animusz és anima. Mondhatjuk azt is, hogy ezek a képek bele vannak “égetve” fajunk kollektív pszichéjébe, és világunk mítoszaiban különösen kifejezésre jutnak. Ezek a képek a mitikus és mágikus szintek képei. Amikor például édesanyánkkal találkozunk, akkor nemcsak személyesen vele találkozunk, hanem millió évek édesanyáival való találkozás tapasztalata aktiválódik egyszerre. A “Nagy Anyával” is kapcsolatban vagyunk. A klasszikus jungi analízisben nemcsak a saját tudattalanunkat analizáljuk, és értelmezzük, hanem a kollektív archetipikus anyagunkat is. Lehet, hogy például az “Elnyelő Anya” archetípusát aktiváljuk, akiről úgy érezzük, hogy elnyel, elnyom, megfojt minket a gondoskodásával, szeretetével. Lehet, hogy nincs sok köze ennek az élménynek az igazi anyánkhoz, mégis ezt érezzük. Nem az anyánk emléke tart fogva itt, hanem az archetípus, amiben őt aktiváljuk. Az álmokban ez különösen tisztán előjön.

Ha a kollektív archetipikus szinttel akarunk dolgozni, akkor nézzük át a világ nagy mitológiáit, melyek megadják az értelmezéshez a hátteret. Ezek tartalmazzák az emberiség közös, állandóan visszatérő tapasztalatait. Képesek leszünk megkülönböztetni a fojtogató szorításokat a tudatunkban, és sokkal finomabban integrálni életünkben.

Arra figyelni kell, hogy a kollektív nem feltétlenül transzperszonális. A legtöbb jungi archetípus nem más, mint egy archaikus kép, mely a mágikus és mitikus szintek struktúráiban helyezkednek el. A 2., 3. és 4. szintről gyakorolnak nyomást a tudatra. Nincs bennük semmi transzracionális vagy transzperszonális. Önmagukban nem a spiritualitás forrásai, sőt önmagukban inkább csak regressziót okoznak, lefelé húzó súlyok a magasabb szinteken. Ezeket túl kell jutni. Fontos megismerni, megkülönböztetni, integrálni őket.

Tehát a kollektív, nem jelent transzperszonálist, csak azt jelenti, hogy univerzálisan, mindenhol – kultúrától, időtől függetlenül – megtalálható. Ugyanígy léteznek kollektív, racionális struktúrák is (pl. nyelvhasználat, érzékelés, belső impulzusok, érzések).

Vannak jungiánus könyvek, melyek istenség archetípusokról írnak, de ezek nem transzperszonális tudati történések, fényjelenségek, hanem a mindennapi belső történések szimbolikus megnyilvánulásai (self image-k, szerepek, szabályok). Ezek sokat segíthetnek a hétköznapi életben. Például ha egy nő nincsen tisztában a saját függetlenségével, képességeivel, akkor tanulmányozhatja Artemisz isten archetípusát, amelyik megmutatja, hogy milyen egy erős, független nő. Mint látjuk, ez az ego működési szintje, itt szolgáltat jó működési anyagot.

Legtöbb jungi archetípus preperszonális, vagy legalább prenacionális. Van olyan is, mely a transzperszonális szintre utal (például a bölcs öregember – az Én – vagy a mandalák).

Ezek a transzperszonális archetípusok nagyon szegényesek ahhoz képest, hogy mit tudunk már a transzperszonális szintekről. Vegyük például a tibeti buddhizmus Mahamudra nevű hagyományát, ahol a transzperszonális fejlődésnek 18 szakaszát írják le. Ez a magasabb szintű transzperszonális tudatosság evolúciójának rendkívül kifinomult leírása. Ez a világ klasszikus mítoszaiban sehol sem jelenik meg. A kontemplatív kibontakozás 18 stádiuma nagyon ritka fejlődésmenetet ír le a szubtilis és oksági területeken. Egyáltalán nem egy mindennapi, gyakori élményekről van itt szó, ezért nem találhatók meg az archaikus és mitikus struktúrákban és a világ mitológiáiban. Héra, Demeter, Artemisz, Perszephoné sosem érték el ezeket a szakaszokat, a jungiánusoknál sem találhatók meg ezért. Ez nagy kavargást okozott a vallásos tanulmányokban az elmúlt évtizedekben, mert hosszú ideig Jung volt az egyetlen hozzáférhető “játékszer”. Jung következetesen elfelejtette megkülönböztetni a preperszonális, perszonális és transzperszonális komponenseit. Mivel mindhárom kollektíven öröklött, ezért állandóan összekeverik a transzperszonálissal, a spirituálissal. A jungi irányt követők jó része egy regresszív mozgalmat jelent a pszichológiában, mely a tudatot egyszerűen két részre osztja, perszonálisra és kollektívra. Minden kollektív jelenséget misztikusnak, transzperszonálisnak vesz, holott pont preperszonálisak, perszonálisak és prenacionális, prekonvencionális, tehát pont az ellenkezője. Sok erre alapozó teoretikus a második fejlettségi szintet kínálja fel nekünk, ezt nevezvén léleknek. Arra szeretnének rávezetni minket, hogy erről a szintről éljük az életünket. Pont emiatt sokan azokban a megközelítésekben keresik a szellemet, melyek nemhogy nem haladják meg az egot, hanem gondosan konzerválják azt.

Mik a valódi archetípusok? Minden hagyományban, legyenek azok az újplatonisták nyugaton, a védánta, trikája, mahájána hagyományok keleten a valódi archetípusok finom, szubtilis, magjellegűek, melyekből minden manifesztáció ered. A meditációs tudatosság mély állapotában az egyén megérti, hogy az egész kozmosz az ürességből keletkezik, az eredeti tisztaságból, – Brahmanból, a dharmakájából – és az első formák, amik megjelennek, melyekből az összes többi jelenség megnyilvánul, azok az eredeti archetípusok. Mint Shankara, Plotinus, Garab Dordze munkáiból láthatjuk, ezek nem elméleti szülemények, hanem egyenes megtapasztalások a valóság finomabb dimenzióiból. Természetesen úgy interpretálva, olyan konkrét jelképekbe öltöztetve őket, melyek megfeleltek az adott egyén kulturális háttérének. Ha meg akarjuk érteni, hogy ezek az emberek miről beszélnek, akkor nem elég csak a műveiket olvasgatnunk, hanem el kell kezdenünk a kontemplatív meditációs gyakorlatokat, és magunknak kell megtapasztalnunk az élményt. Ezek nem képek, melyek a mitikus térben léteznek, nem fogalmak, melyek a racionális térben léteznek, hanem meditatív jelenségek a tér finomabb szintjeiről, ahol egyenesen az Isten arcába nézünk. Nagy különbség szerelmes verset olvasni, vagy a szerelmünk arcától egy milliméternyire állni, és érezni leheletének a forróságát.

Idevágónak érzem Wilber *The Eye of Spirit* c. könyvének azon részét, amelyben Wilber Jungról ír, ezért itt közlöm. E helyen precízebb kritikát gyakorol. Háromféle módon használta Jung az archetípus fogalmát.

1. "Archaikus kép", filogenetikus örökség, az ösztön önarcképe, melyek a mitológiákban is megtalálhatók. Ezek a non-rationális területekhez tartoznak, ezért Jung úgy vélte, hogy a spirituális tudatosság közvetlen forrásai ezek. Egy helyen így ír: "a miszticizmus az archetípusok megtapasztalása". Jung beleesett a pre/transz összekeverésének a csapdájába, ugyanis ezek az archetípusok nem a szubtilis transzperszonális, transzracionális, hanem a preracionális, preperszonális régiókat képviselik. Archetipikus képek tehát valóban léteznek a tudatban, csak nemigen van közülük a poszt-posztkonvencionális (transzperszonális) jelenségekhez.

2. "Tartalomtól mentes formák". Minden tartalommentes mélystruktúra értendő ez alatt, tehát minden mélystruktúra archetípus, de nem a mitologikus "archaikus kép" értelmében. Jung és követői használják a szót ebben az értelemben, de ez teljesen meghasonlik az elsővel.

3. Az involúció első, avagy az evolúció utolsó formajelenségei. Az egész világ a formátlanból, az Ürességből kél, először archetipikus formákban (ld. a jógában "szimbólumok", "szamszkárák", "ösztönzések", "hajlandóságok" – ford.), amelyekből a többi, durvább külső jelenségek (motivációk, érzelmek, belső képek, gondolatok, külső események) kibontakoznak, testet öltenek. Az archetípusok ilyen értelemben tehát a legmagasabb/legmélyebb formák, amelyek az utolsó mozzanatok a formátlan és a nonduális előtt (evolúció), illetve az első megnyilvánulások a formátlanból a manifeszt világba haladva (involúció).⁴¹

Hammed Ali –, akit Wilber gyakran emleget mint a mostani évek egyik legkiemelkedőbb nonduális integratív rendszert alkotó transzperszonális pszichoterapeutáját – így összegzi mindezt: "Jung nagyon közel jutott a magas archetipikus lényegig és annak különféle manifesztációiig, de megállt az imagináció szintjén, így nem tudta megvalósítani az archetipikus lényegét és megélni azt. A pszichológiája mentális konstrukció maradt, melynek nem volt élő, közvetlen kapcsolata a Lényeg jelenlétével."

Wilber szerint is habár Jung korrektül felfedezte az archetípus eme harmadik és egyben legmélyebb jelentését is, elég tapasztalat- és vérszegény e téren.

A szubtilis szint patológiái a következők (ezt a részt a *The Eye of Spirit* c. könyvből vágtam ide – ford.).

1. Az integráció-identifikáció zavara. Megjelenik a szubtilis alapstruktúra, melyet a különféle ösvények a következőképpen neveznek: Létezés, Erő, Betekintés, Istenség-formák, ragyogó jelenlét. Ezt az egyén mint az ő mentális-pszichikus szelfjéhez képest mögötte-fölötte levőt fogja fel, majd a további elmélyülés során, amikor elválik a

⁴¹ Valószínűleg a nem meditáló olvasónak mindez metafizikának tűnik, vagy legalábbis filozófiai fejtegetésnek, egy "álláspontnak", valakinek a nézetének, elméletének vagy elképzelésének. Ezek nem elméletek, hanem tapasztalatok és élmények szavakba öntései, a meditációs elmélyülés során a jelenségeket a forrásukig végigkövetve ezeket tapasztalja a gyakorló. Érdemes gyakorolni, mert különben a halálunkig – amikor mindezen tapasztalatokon spontán átzuhanunk majd – mindez csak elmélet marad – ráadásul azt hihetjük, hogy azért mert racionálisan értjük az itt leírtakat, már tudjuk is azt, kész "megtanultuk". Így ez is csak "szerelemelmélet" marad.

pszichikus szintű horgonyaitól, akkor azonosul a Tudatosság eme Archetipikus Jelenlétével, és felismeri, hogy ez a saját természete. Az identitás egy stabil megfigyeléssel, Tanú-állapottal együtt van jelen. A rendellenesség akkor van, ha nem tud a struktúrával azonosulni, törés áll be a szelf és az archetípus között. Azért nem tud, mert ez a mentális-pszichikus szelf feladását és halálát jelenti, és ennek ellenáll. Inkább az Archetípust mint a duális szemlélődés tárgyát tartja meg továbbra is, nem azonosul vele. A terápia a gyakorlatok fokozása: utána kell járni, precízen meg kell vizsgálni az elmélyedésben, hogy hol van az elkülönültség-érzet gyökere. Nem az azonosulni akarás, hanem az ellenállás tudatosítása a gyógyír.

2. Pseudo-nirvána. A megélt jelenségekre azt hiszi az egyén, hogy az már a végső megszabadulás. Ez valójában nem patológia, hacsak nem hajszolja valaki a kauzális területeket. A terápia az, hogy túl kell jutni ezen az élménydús, eksztatikus szakaszon, a kauzális szintre kell lépni. Erre az "átlökésre" a tradíciókban egy sereg rutinmódszer ismert a mesterek részéről.
3. Pseudo megvalósítás. A pseudo-dukha szubtilis szintű megfelelője. A vipassana hagyomány kifejezése ez. A vipassana elmélyülés, amikor a szubtilis színre ér, akkor az egyén óriási mennyiségű (lelki és testi) fájdalommal, kényelmetlenséggel és visszatetszéssel szembesül önmagában. Belát a dolgok "fenekére". Ez nagyon erőteljesen motiválja, hogy mindentől megszabaduljon és elérje a Nirvánát. A patológia az, ha valaki itt ragad. Ez megegyezik az előző pont patológiájával. A terápia ez esetben éppen a gyakorlás felfokozása. A gyötrellem csak erősödik, ha abbahagyja a gyakorlást.

13. Fejezet: A szupertudat területei – 2. rész

Modern kutatók az elsődleges archetípusokat metafizikus dolgoknak gondolják. Csak az egyéni tapasztalat után lehet értelmezni őket, addig nincs mit.

Ha egy mágikus vagy mitikus világnézetű személynek megpróbáljuk megmagyarázni, hogy az egyenlő szárú háromszög oldalaira rajzolt négyzetek területe megegyezik az átfogóra rajzolt négyzet területével, akkor nem fogja megérteni, mert amit csinálunk, az nem látszik az empirikus világnézetből, nincs meg a térben. Mégis igazunk van, egy olyan belső élményt próbálunk átadni, melyet bárki igazolhat, aki képes ugyanezt az élményt megtapasztalni. Egy hatéves gyerek tudata nincsen ebben a térben. A szkeptikusság egészséges, természetes hozzáállás. Ez a könyv meghívó arra, hogy tapasztaljuk meg magunk az élményeket. Ha ezt nem akarjuk, az is oké, de ne nevéssük ki azokat, akik mégis megteszik. Akik az élményt megtapasztalják, az a benyomásuk, hogy szemtől szemben állnak az Istennel.

9. Az *oksági* szint. Ez az üresség birodalma. Mikor a meditációban az ént követjük önmaga gyökeréig, akkor ott a tiszta ürességet találjuk. Itt nincsenek tárgyak, és nincs tudat egyáltalán. Ez egy diszkrét (elkülöníthető), azonosítható állapot, a feloldódás, megszűnés állapota. Nirvikalpa szamadhi, nirvána. Gyakran a mélyalvás álom nélküli szakaszához hasonlítják. Abban különbözik tőle, hogy ez nem egy sötét állapot, hanem az abszolút teljesség állapota. Annyira teljes, hogy semmilyen manifesztáció, jelenség nem tudja megközelíteni, tartalmazni. Nem tárgyként, hanem tiszta énként, tiszta ürességként tapasztalható. Ez nagyon absztraktnak tűnik. Megpróbálok konkrétan megvilágítani. Ha magamra gondolok, hogy ki vagyok én, akkor általában így írom le magam: szülő, szakember, ezt és ezt szeretem, ezt és ezt nem szeretem, ez és ez a vágyam, az nem érdekel. Egy listát adok arról, amit magamról tudok. Minden eleme a listának egy tárgy a tudatomban. Képek, fogalmak, érzetek masíroznak a tudatosságomban. Ez nem maga a tudatom, nem én vagyok. Minden, amit magamról tudok, az nem én vagyok. Egyik sem a látó, hanem tárgyak, melyeket a látó meg tud figyelni. Ez a téves azonosulásaink, hazugságaink listája. Listázzuk azt, hogy mik nem vagyunk. Akkor ki az igazi Néző, Tapasztaló, Megfigyelő? Ez a belső Én figyel a külső és belső világot. Ez a Látó látja az eget, a testet, a természetet. Mind a tekintete előtt vonulnak, de maga a látó láthatatlan. Ha látunk valamit, akkor az tárgy, az, ami nem a látó. Ha kíváncsiak vagyunk, hogy kik vagyunk mi valójában, akkor nincs más dolgunk, mint leülni és megnézni, mi jelenik meg a tudatunkban, és ami megjelenik, az nem mi vagyunk. A kérdésre nem egy konkrét valamire való rámutatás a válasz, hanem fokozatos diszidentifikálás. A látó, a tanú nem egy meghatározott gondolat vagy érzés, hanem az, ami mindezeket látja, észreveszi. Hallja a hangot, látja a képet, érzi az érzést. Ha elnyugszunk, és kivonjuk az identitásunkat a szemünk előtt elvonuló dolgokból, és lassan eljutunk önmagunkig, akkor elkezdjük érezni a szabadság, elengedettség, kötetlenség, megnyugvás állapotát. Nem látunk semmit, egyszerűen ebben a határtalan szabadságban nyugszunk. Előttünk a jelenségek felhői vonulnak tova, gondolatok, testérzetek, és mi nem vagyunk egyik sem. Mi magunk vagyunk a végtelenül kiterjedt szabadság, a nyílt tér, melyben a tárgyak jönnek-mennek. Fokozatosan felismerjük, hogy a látó, aki bennünk lát, az a kiterjedt, nyílt tér, szabadság, üresség. Nem egy sötét, fekete lyuk, amire rámutathatunk, és azt mondhatjuk, hogy “ez az”, hanem minden jelenség alapja, a tér, ahol minden jelenség felbukkan, és eltűnik. Végtelen, határtalan, semmihez nem fogható. Ebben jelenik meg minden szubjektív és objektív dolog, marad kicsit, majd eltűnik. Minden problémánk abból fakad, hogy magunkat a térben felbukkanó jelenségekkel azonosítjuk. Ezt

hívják a tradíciókban “nem tudásnak”. Ezáltal megteremtjük a kötöttség, rabság állapotát, korlátozott, múlandó jelenségekkel azonosítjuk magunkat. Patandzsali – a régi indiai mester, akinek a tanításaiból ered az indiai jóga és a buddhizmus – azt tanítja, hogy a kötöttség abból származik, hogy a Látó a látottal azonosul. Bármit, amit megfigyelünk, észreveszünk a meditációban, az nem mi vagyunk. A jelenségek megjelennek a térben, és eltűnnek az időben. A tiszta tudatosság, a tanú nem jön, nem megy, nincs kezdete, nincs vége. Önmagában van, örökké jelen van, túl van téren, időn, születésen és halálon, túl a testen, anyagon, túl van a manifesztáción, túl van a mozgáson, túl magán az Ősrobbanáson. Ez a megszabadult, felébredett, sosem született, Buddha állapot. Nem túlél minket, hanem ebben jelenik meg a testünk és a testek sokasága. Ha ezt megtapasztaljuk, és elpihenünk benne, akkor megszabadulunk a halál, születés, szenvedés köreiből, a szamszára létforogatógából. Sok ember hamar kapcsolatba tud lépni ezzel az állapottal, de benne élni az egy sokkal nehezebb dolog. Ez az állapot a 9. szint fúziós szakasza, ahol az én az ürességgel válik azonossá. Itt az istenségek is csak megjelenő és tovatűnő tárgyak. Ezt a szintet formanélküli miszticizmusnak hívjuk. Azért hívjuk ezt oksági, kauzális szintnek, mert ez a kreatív talaja minden dimenzióknak, ebből kél minden önmagától, ez az ősoka a dolgoknak. Sok neve van a világon ennek a tiszta ürességnek: Rigpa, Keter, Dharmakája, Tao, Isten, Li, Maak, öntranszcendencia.

Ebből az ürességből születnek a holonok, melyek 4 kvadránsban bomlanak ki, és 20 alaptétel igaz rájuk. Az ürességben keletkező dolgokat nevezzük tehát holonoknak, melyek egyszerre a 4 kvadránsban manifesztálódnak. Amint megjelennek a holonok, evolúciós erő hajtja őket, hogy visszatérjenek a forrásukhoz. Ez a hajtóerő egyre nagyobb és nagyobb mélység és tudatosság kibontakozása felé készíti őket, egészen addig, amíg vissza nem térnek saját alapjukba, a végtelen ürességbe. Kezdetől fogva minden holonban jelen van legalul az üresség tudat. Vajon ez az abszolút végső pont az idő, az evolúció vége? Sok tradíció szerint igen, ez a nirvána, a végső megvilágosodás. A non-duális tradíciók szerint nem ez a történet vége. A kauzális, oksági szint átadja a helyét a non-duálisnak. Itt a tanú érzete felszámolódik, a megfigyelő válik a megfigyelt dologgá. A formális miszticizmus az ürességnek adja át a helyét. Ahogy Buddha mondta: A forma üresség, az üresség forma. Még a látóból is kivonjuk az identitásunkat, és integráljuk azt az összes, létező manifesztációval. A 9. szint második és harmadik fázisát tesszük meg. Itt a 10. szakasz jön, ami nem egy külön szint, hanem minden szint, állapot, feltétel egyszerre. Maga a realitás. Ez az üresség második, legmélyebb értelme. Ez nem egy elkülöníthető állapot, hanem minden egyszerre. Gyakoriak itt a félreértések. Egyik részről itt van egy azonosítható állapota a tudatnak, a nem manifesztálódó felszívódás, elmerülés, megszűnés, a klasszikus nirvána, nirvikalpa szamadhi. Az oksági állapot.

A másik jelentése az ürességnek nem egy külön állapot vagy jelentés, hanem minden állapot valósága, feltétele egyszerre. Minden szakasz egyszerre. A szent és hétköznapi, az alacsony és magas egyszerre van jelen. Hasonlít ez a természettel való egységélményhez, amit korábban leírtam, de ott nem ébredt a tudat a finomabb dimenziókra, hanem csak az addig ismert természettel érte el az egységet, itt pedig az összes dimenzióval, szubtilis formákkal való egység is megvan. Nemcsak nirmánakája (természeti miszticizmus), nemcsak szambhogakája (istenség miszticizmus), nemcsak dharmakája (forma nélküli miszticizmus), hanem svábabikája, az előző három integrációja. Mindent meghalad, és mindent magába foglal. Minden jelenség továbbra is megjelenik, de nincsen senki, aki ezt figyelné, nincsen látó, szemlélő, csak maga a világ folyamatos alakulása. A tiszta üresség minden formával egygyé válik, amit eddig csak megfigyelt. Ez a non-dualitás jelentése. Amikor ebben az állapotban pihenünk, érezzük, hogy szabadok vagyunk, végtelen a kiterjedésünk. Ha megfigyelünk egy hegyet, akkor észre vesszük, hogy annak az érzete, hogy mi vagyunk a végtelen pihenő tanú, nem különbözik a hegynek az érzetétől. Ugyanazt az érzést jelenti az én és a hegy. A valóság

nem oszlik két részre. Az egész realitás egy érzet, egy íz. Mi továbbra is mi vagyunk, a hegy továbbra is a hegy, ugyanannak a tapasztalatnak a két oldala vagyunk, ami egy, és egyetlen realitást képez. Nem mi vagyunk a kozmoszban, hanem a kozmosz van bennünk. A hegy nem egy másik hely, mint ahol mi vagyunk, nem egy kívül levő hely, hanem minden, ami bennünk és körülöttünk egyszerre megjelenik, és ragyog. Ez nem egy olyan állapot, amibe nehéz bekerülni, hanem olyan, amiből lehetetlen kikerülni. Mindig is így volt, sose volt olyan pillanat, amikor ne ezt tapasztaltuk volna. Ez az egyetlen, ami tartós a kozmoszban, minden valóság közül ez az egyetlen igazi valóság. Milliárd és milliárd évek óta egy másodperc sem volt, amikor ne ezt tapasztaltuk volna. Persze sokszor hazudunk magunknak, hogy nem ez vagyunk. A tradíciók nem az, hogy előidézze ezt az állapotot, hiszen ez lehetetlen, csupán rávezetnek arra, hogy nem hazudhatunk tovább magunknak abban a tekintetben, hogy kik is vagyunk igazán. Nem hagyhatjuk többé figyelmen kívül a valóságot. Ez a non-duális állapot természetesen magába foglalja az elmét és a testet, a bal és a jobb oldali megközelítést. Továbbra is megjelenik minden dualitás, de ezek mint relatív igazságok vannak ekkor már jelen, nem abszolút igazságként. Az eredeti igazság például a csengés, a relatív igazság pedig az én, aki hallja és a csengő, ami csenget. A test, az elme, a szubjektum és az objektum. Nem tudunk semmit csinálni, hogy az ént és a csengőt egygyé tegyük, csak azt tudjuk tenni, hogy relaxálunk, belerelaxálódunk magába a csengésbe, az élmény közvetlen megtapasztalásába, amelyben a dilemma egyszerűen nem jelenik meg. Nem megoldódik a dilemma, hanem eltűnik, feloldódik. Nem azért, hogy a szubjektumot a tárgyra redukáljuk vagy a tárgyat a szubjektumra, hanem azért, hogy felismerjük azt az alapot, mely minden mögött van, és aminek a szubjektum és objektum csak részleges reflexiója, tükröződése. Ezért nem oldódott meg soha a tudat és szellem kérdése, a bal- és jobbkezes megközelítés kérdése, mert nem lehet a relatív síkon megoldani. A filozófia erre soha nem volt és nem is lesz képes. A problémát nem lehet megoldani, ugyanis nincs megoldása. A problémának elengedése, feloldódása, eltűnése van, ha olyan látásmódba kerülsz, ami meghagyja a dualizmust olyannak, amilyen, és a mögöttes szintet látjuk meg. Látjuk, hogy a relatív, dualisztikus dolgok relatív igazságok, de nem abszolút igazságok.

A kauzális szinten is lehet rendellenesség (ez a rész is a *The Eye of Spirit* c. könyvből van).

Az utolsó feladat a nem-manifeszt világ (Üresség) és a manifeszt világ (Forma) differenciációja (Nirvána), majd integrálása (Nonduális Egység).

1. A differenciáció zavara. Ha az egyén nem képes elfogadni az archetipikus szelfjének a halálát, nem tud átmenni a Nagy Halálon, ha egy picit is ragaszkodik, akar, keres, kapaszkodik, pl. a megszabadulás iránt vágy marad benne, akkor meggátolja, hogy a szívébe zuhanjon, a forma nélküli tudatba, így nem tud a manifeszt világtól differenciálódni, elválni. A mester segít ebben, a tanítvány szívébe megy, és ott enyhe húzást gyakorol rá, így segíti a kapaszkodások elengedését a tanítványban, és együtt mennek át a megvilágosodás állapotába "erőfeszítés nélküli erőfeszítéssel".
2. Az integráció zavara, avagy az "Arhat kór". A tudat differenciálódik a manifeszt világról, és az Ürességbe jut, ahol semmi sem merül fel a tudatban. Ez a jnana szamadhi, vagy nirvikalpa szamadhi, vagy nirvána. Marad egy picinyke feszültség, dualizmus a manifeszt és nem-manifeszt világ között. Egyes tradíciók gyakorlóinak végcélja ebben az állapotban maradni (ők az arhatok), mégis, ha ez a feszültség átható lesz, akkor megjelenik a formavilág mint az üresség módosult változata. Ez a klasszikus sahaj-bhava szamadhi. A "terápia" itt egyszerűen a továbblépés.

A tiszta jelenlét közvetlensége

A nyugati filozófusok között vannak olyanok, akik felismerték a non-dualitást. Talán William James és Bertrand Russel. Természetesen a misztikusok, meditáló bölcsek mindig is tudták, és mondták ezt, mert látták, és ott voltak az évezredek során. James volt az, aki az egészet a nyugati gondolkodás főáramába hozta. "Létezik a tudat?" című esszéjében írta le ezt. Azt írta, hogy a tudat nem létezik, és ez nagyon sok embert megzavart. Ez alatt azt értette, hogyha megnézzük a tudatot, akkor ez nem egy dolog, nem egy tárgy, nem egy entitás, hanem egy azzal, ami éppen megjelenik. Az élmény kettőssége, a tapasztaló és a tapasztalt, maga az alapvető őszintétlenség, hazugság.

A tudatlanság, a sérült én kezdete, a szamszára kezdete. Könnyű rövid pillantást nyerni a non-dualitásból, a legtöbb embert "bele lehet beszélni". Addig beszélünk neki, amíg megérzi.⁴²

A non-duális tradíciókban ez csak a kezdet. Ha ebben az állapotban pihenünk, akkor furák dolgok kezdenek történni. Minden olyan hajlandóság, tendencia, amivel korábban azonosultunk, elkezd elégni a szabadságban, a kettősségnélküliségben. Felbukkannak a felszínre, és eltűnnek. Nem kell semmit csinálni, csak várni, kitartani, engedni mindent elmenni. Minden spontánul történik, tulajdonképpen élve elégsz. Mindegy, hogy milyen élmény jön, egyszerű, hétköznapi vagy természeti, non-duális. Akármilyen jön, nekünk erőfeszítés nélküli erőfeszítéssel kell kiállnunk, és folyamatosan átmenni ezeken az apró halálokon. Itt kezdődik a valódi gyakorlás.

Valószínűleg sem James, sem Russel nem ment át ezen, ezt tisztán mutatja a filozófiájuk. Volt egy pillanatnyi belátásuk, és abból "ledumálták" a filozófiájukat, rendszerüket. James eredeti belátása hamar degenerálódott mindenféle jobb kezes empirizmusba, pragmatizmusba.

Megvilágosodás

A nem dualításban nem tűnik el a dualitás, a kívül-belül, szubjektum-objektum, jobb és bal, hiszen a manifesztáció ezen át jön létre. A szellem egyszerre négy kvadránsban jelenik meg mint manifesztáció. Nem az a lényeg, hogy ezeket el kell tüntetnünk a szemünk előtt, hanem át kell látnunk mindezen egészen a forrásig. Egy röpke belátás nem elég. Ennek az egy íznek meg kell lennie mindig, minden kvadránsban, minden manifesztációban, mindig látnunk, éreznünk kell. Mivel ez a világ legegyszerűbb dolga, egyben ez a legnehezebb is. Ez az erőfeszítés nélküli erőfeszítés óriási kitartást, sok gyakorlást, őszinteséget, hitelességet igényel. Az ébrenlét idején, az álmokban és a mély alvásban mind meg kell valósítani. Ezért van szükségünk azokra a gyakorlatokra, melyeket a non-duális iskolák nyújtanak.

A megvilágosodás nem minden iskolában jelenti ugyanazt. Alapvetően kétféle iskola van. Annak megfelelően, hogy az ürességnek melyik értelmét veszik alapul. Korábban beszélünk erről. Az első, amikor eljutunk abba az állapotba, ami még állapotként értelmezhető. Itt semmi nem jelenik meg, minden eltűnik, felszívódik. Ezt teljes megvilágosodásnak nevezik egyes iskolákban, például a hinajána buddhisták, a szamkja jóga iskolák. Akárhányszor lépünk be ebbe az állapotba, egy újabb darabkája tűnik el a szenvedésnek és a tudatlanságnak. Miután már többször jártunk itt (gyakran 4 alkalom után), mindent elégettünk, amit el lehet égetni, akkor szabad akaratunkból beléphetünk ide, és bármennyig ott maradhatunk. Belépünk a nirvánába, ott maradunk, és a szamszára nem jelenik meg többet.

⁴² Sok terápiás ülésnek ez a célja. A célok és a célélérés stratégiája közötti ellentmondásokat, háttérhiedelmeket, előfeltevéseket tárja fel, és megmutatja paradox mivoltukat. Nemcsak intellektuálisan tárja fel, hanem ott a helyszínen oda is vezeti a klienst a felismeréshez és átéléshez. A zen koanok hasonló módon hatnak.

A non-duális tradícióknak azonban nem ez a végső céljuk. Gyakran használják ezt a szintet, és tökéletességre viszik. Ők elsősorban az önmagában valóság non-duális állapotát kívánják elérni, ilyen a védikus hinduizmus, a mahájána és a vadzsrajána a buddhizmusban. Ők minden állapot ürességét akarják elérni. Őket nem érdekli annyira az a fajta üresség, mely elválasztatik a formák világától, a szamszárától, hanem olyan üresség tapasztalását tűzik ki célul, amely minden formát magába ölel. Számukra a nirvána és szamszára, üresség és forma nem kettő, nem elkülönülő. Ez mindent megváltoztat.

A kauzális tradíciókban pontosan meg lehet mondani, hogy egy személy mikor van a legmagasabb állapotban, ez nyilvánvaló és eltéveszthetetlen. A non-duális tradíciókban gyakran kapsz egy gyors bepillantást a non-duális állapotba, gyakran már a tréning elején.

A mester egyszerűen megmutatja azt a részét a tudatodnak, mely már nem duális. Hogyan teszi ezt? Nagyon hasonló módon, ahogy beszéltünk már a látóról, a tanúró, beléd beszélős, rávezető módon. A non-duális iskoláknak egy sereg ilyen rámutató, bepillantást adó trükkjük, módszerük van, ami egyszerűen arra mutat rá, hogy mi az, ami eleve történik a tudatunkban, ami már ott van. A tapasztalataink eleve nem duálisak, akár felismerjük ezt, akár nem. Nem szükséges megváltoztatnunk a tudatállapotunkat ahhoz, hogy felfedezzük a non-dualitást. Akármilyen tudatállapotban vagyunk, megteszi, hiszen a non-dualitás jelen van minden tudatállapotban. A tudatállapot megváltoztatása nem cél a non-duális hagyományokban.

A felismerés a cél. A tudatállapot megváltoztatása számukra csak szórakozás, ami eltereli a figyelmet a valóságról, és ezért szükségtelen. Olyan ez, mintha lenne egy puzzle, ami össze van keverve. Nézzük, de sehogy sem látjuk az összeillő részeket. Ha valaki jön és összerakja, akkor a fejünkhöz kapunk, "jaj, hát végig láttam, csak nem vettem észre".⁴³

Most is látjuk a nem duális állapotot, csak nem vesszük észre. Jelen pillanatban is a tudatunkban van a non-duális állapot. Nemcsak egy része, hanem az egész. Ekkor jön valaki, és azt mondja, hogy "itt van". Ez történik a spirituális tréningeken. Valamikor rögtön az elején, valamikor később. Ez az átadásmód központi fontosságú. Mivel a dualitástól mentes állapot a természete minden állapotnak, mivel az üresség egy a felbukkanó formákkal, a formák továbbra is megjelennek, és mi továbbra is a formák világához kapcsolódunk. Nem próbálunk meg kilépni belőle, felfüggeszteni, hanem teljesen belelépünk. Mivel a formák továbbra is megjelennek, sose jutunk az út végére, ahol azt mondhatjuk, hogy "itt vagyok teljesen megvilágosodottan". Ezekben a tradíciókban a megvilágosodás egy állandóan zajló folyamat, mely az újabb és újabb formák állandó megjelenésében zajlik, melyekhez úgy viszonyulunk, mint az üresség formáihoz. Ebben az értelemben vagyunk megvilágosodottak. A megvilágosodás folyamatos, és folyamatosan vagyunk megvilágosodottak, ahogy az új formák megjelennek. Sose vagyunk elkülönültek, végső állapotban, ahonnan nincs további fejlődés. Mindig új és új dolgokat tanulunk a formai világról, ezért mindig az állapotunk, amiben éppen vagyunk, a teljes lényünk, magától alakul.

Lehetnek áttörésszerű megvilágosodás élményeink, szatori élményeink, de ezek csak kezdetei egy végtelen folyamatnak, kezdetei az újabb és újabb formák szüntelen megjelenésének. Ebben az értelemben sosem vagyunk teljesen megvilágosodottak, végtelen a tanulás. Vannak olyan non-duális tradíciók, melyek "vadul" csinálják ezt a folyamatot, ilyen például a tantra. Ezek a hagyományok nem félnek a szamszárától, keresztül-kasul lovagolják azt. A kemény, sötét állapotokat sem hagyják ki, lelkesedéssel belemennek ezekbe, játszanak velük, túlzásba viszik őket. Mindegy nekik, hogy alacsonyabb vagy magasabb állapotokban vannak, mivel csak Isten van. Más szavakkal, minden élménynek egy íze van. Egyik tapasztalat sincs közelebb vagy távolabb ettől az egy íztől. Nem tudunk semmilyen állapotot, módot, technikát

⁴³ Ez a külső referenciaember, a terapeuta vagy mentor feladata. Nagyon fontos, hogy legyen egy olyan társunk, aki kívülről képes rámutatni és rávezetni a duális hozzáállásunk felismeréséhez.

kifejleszteni, hogy közelebb jussunk Istenhez, mivel csak Isten van. Most is... Ez a non-duális radikális iskolák titka.

Mindezek a dolgok erős etikai keretek között történnek, nem engedik, hogy jobbra-balra kószáljunk vagy henyéljünk a dharma nevében, és ráfogjuk, hogy ez non-dualitás. A legtöbb tradícióban tökélyre kell vinnünk az első három szintjét a transzperszonális fejlődésnek, mielőtt egyáltalán jogunkban állna beszélni a 4. állapotról.

A non-duális tradíciókban fogadalmat teszünk, egy nagyon szent fogadalmat, ami az alapja az egész további képzésünknek. A fogadalom lényege, hogy a megszűnésben nem fogunk eltűnni. Nem tudunk elbújni a nirvánába, nem hanyagoljuk el a világot. Megígérjük, hogy meglovagoljuk a szamszárát, egész addig, amíg az összes lényt felvesszük erre a “szörfre”, ahonnan látszik, hogy minden manifesztáció üresség. Ezt hívják a buddhizmusban boddhiszattva fogadalomnak.⁴⁴

A fogadalom az, hogy végigmegyünk a megszűnés-állapoton, belemegyünk a non-dualitásba, olyan gyorsan, amilyen gyorsan csak lehet, és segítjük a lényeket az örökké való aspektusuk felfedezésében. Tehát a non-duális tradíciók nem hanyagolják el az érzelmeket, gondolatokat, vágyakat, hajlamokat. A feladat, hogy lássuk minden forma ürességét, nem az, hogy megszabaduljunk tőle. A formák továbbra is megjelennek, és mi megtanulunk “szörfölni”. A megvilágosodás mindig is ott van, és állandóan folytatódik, mindig változtatva a formáját, és mi egyek vagyunk a formákkal. Összefoglalva a non-duális tradíciók üzenetét: maradjunk az ürességben, és fogadjunk be minden formát. A felszabadulás az ürességben van, sosem a formában. A formák továbbra is megjelennek, mint például az “egykezes taps hangja”. Egyek vagyunk minden formával, egy íz vagyunk az univerzummal. Valódi arcunk a tiszta üresség, ezért akárhányszor nézünk a tükörbe, csak a teljes kozmoszt látjuk.

⁴⁴ (A “multi level” szerű tanítványi hálózat, terjesztés szerintem egyesíti a két megközelítés előnyét. Addig nem megyek el, ameddig nincsen olyan tanítványom, aki képes maga is tovább adni a tanítást. Ha a tanítványom tanítványa megvilágosodik, akkor oldódom fel a nirvánában.)

III. RÉSZ: A LAPOS-VILÁG

14. Fejezet: Aszcendens és Deszcendens

A síkság azok lakhelye, akik laposan látják a világot. A nyugati világból kiterjedten hiányzik a spiritualitás, ami lapos, "pusztasági" nézeteket, világlátást okoz. Meghatározható történelmi okai vannak annak, hogy miért tagadjuk nyugaton a transzperszonális szintek létezését. Tagadjuk, és ellenállunk nekik.

Itt most rövid összefoglalót adok az eddig leírtakból:

Van az *üresség*, a "szellem", ebből jelennek meg kreatívan a *holonok*. Ahogy megjelennek, kibontakoznak, kifejlődnek. Ez a kibontakozás, evolúció az aktívan működő szellem tevékenysége. Ennek jól körülírható jellegzetességei vannak. Ezeket 20 pontban foglaltam össze. Ezek a manifesztáció mintái.

A holonoknak van *belső és külső oldaluk*, és mindkét oldalon *individuális és kollektív aspektusai*k. Tehát minden holonnak 4 dimenziója van. Ezeket hívjuk *kvadránsok*nak.

Intencionális (szándékbeli), viselkedésbeli, kulturális, szociális. Mind a négy oldalnak eltérő igazságvilága, eltérő valóságtere, érvényessége, kritériumai, funkcionális illeszkedései vannak. A négy kvadráns három nyelven írható le: az *én*, a *mi*, és az *az* nyelvén. Ezt az *én*, a morál és a tudomány képviseli például. Vagy művészet, etika, objektivitás. A szép, a jó és az igaz. Buddha, Dharma, Szangha. A végső *én*, a végső *mi*, a végső *az*.

A bal oldali dimenziók csak *introspekcióval* ismerhetők meg, a jobb oldaliak *empirikus* megközelítéssel. A felszínt látni, a mélységet értelmezni kell.

Megvizsgáltuk a holonok *belső evolúcióját*, vagyis a tudat fejlődésének evolúcióját, a *preperszonálistól* a *perszonálison* át a *transzperszonális szintekig*. A lépcsőfokok és a mászó szemszögéből is. A lépcsőfokok a tudatosság alapvető struktúrái, melyek koncentrikus körökben egymásba ágyazódva egyre nagyobb *holarchiát* alkotnak. A mászó, az *én*, melynek minden szinten van egy *központi gravitációs pontja*, és a *fúzió, differenciálás, integrálás* három fázisán megy át. Ehhez különféle világnézetek tartoznak. Ezekből különböző identitás, különböző szükségletek és álláspontok származnak. Ezek különböző aspektusai a valóságnak, például *fiziocentrikus, biocentrikus, egocentrikus, etnocentrikus, világcentrikus*, mely a további spiritualitás alapja. Bármelyik szinten történhet elakadás, baleset, mely patológiát okoz, ami a szintnek megfelelő típusú.

Megnéztük a magasabb, transzperszonális szinteket is, melyeket nagyon kevesen valósítottak meg eddig. Ha ezek megjelennek a kollektív fejlődésünkben is, akkor mind a négy kvadránsban manifesztálódni fognak. Megváltozik a tudatállapotunk, a viselkedésünk, a kultúránk és a szociális intézményeink. Mindannyian várakozunk a várható átalakulásokra, még ha meg is ismertük egyénileg a magasabb szinteket.

A magasabb szinteken az történik, hogy a szellem, mely végig jelen volt az egész evolúciós folyamatban, fokozatosan elkezd tudatossá válni önmagára, így a tudatalattiból az öntudaton át a szupertudat felé halad, minden szinten egyre jobban kibontakozva. Ugyanaz a szellem van végig jelen, ez az alap, az ösvény és a gyümölcs. Miután a szellem megrázóan felismerte önmagát, a formák továbbra is felmerülnek, és kibontakoznak, de a titok már tudott, minden forma üresség, egy íz, vég nélkül áttetsző, teljesen isteni. Nincsen határ, nincs alap, nincs

végző nyugvópont, csak az üresség és a végtelen üdv. Nincsen hova nézni, nincsen hova menni, mint ahol vagyunk, nincsen hova énekelni minderről az imákat.

A Nagy Holarchia

Érdekes, hogy az emberiség történetében a Nagy Holarchia ismert volt, sőt ez volt a domináns, hivatalos filozófia. Nyugaton is ez volt a felvilágosodás koráig, az elmúlt 300 évig. Ezután az egész megvilágosodás, beleértve a Nagy Holarchiát is empirikus és monologikus módon lett kezelve. Ez jó szándékú, de mélyen összezavarodott kísérlet volt, hogy megértse a tudatot, a morált, az értékeket, és ezeket mikroszkóp alá vegye. A belső mélységek teljesen eltűntek a képből. Ezek nem láthatók ugyanis kívülről, ha csak beszélünk róla, ezért kijelentették, hogy ezek csak illúziók. Így minden én és mi, az-ra lett redukálva, atomisztikus vagy holisztikus köntösben, az aktuális világnézeti divat szerint. Így alakult ki a síkföldi, ellaposodott látásmód. Korábban megvizsgáltuk ennek az előnyeit és hátrányait.

Az előnye ennek a nézetnek, hogy a nagy hármas, a tudomány, a művészet, a morál elvált. A hátránya, hogy még nem integrálódott, és a tudomány a többi fölé kerekedve elnyomta, gyarmatosította az én és mi területeit. Minden baloldali, belső dolgot csak jobb oldali dolgok korrelátumára redukált, és a pusztá feltérképezésre hagyatkozott. Így kimaradt a térképkészítő, a tudat maga. Így egyszínű, lapos, szürke, hideg, racionális, értéknélküli világ jött létre. Mostanában van az az időszak, amikor ráébred ez az irányzat a sivárságára, értéktelenségére. Ez vezet a posztmodern lázadásokhoz, mozgalmakhoz.

A monologikus nézet egy mozdulattal elsöpörte az összes belső dimenziót, a tudat mélységeit, és így romba döntötte a tudat Nagy Holarchiáját. Az egész történelemben csak a modern nyugati kultúrában létezett, létezik ez az állapot.

Evilági versus másvilági

A Nagy Holarchia két alapvető irányból közelíthető meg, az anyagtól a szellem felé, fölfelé haladva, ez az aszcendáló, vagy a szellemtől az anyag felé, lezálló, lefelé irány. Felfelé transzcendens, lefelé immanens (benne rejlő). Másvilági és evilági. Ez a kétfajta spiritualitás van jelen a világban. Platón például az aszcendáló oldalról, minden evilági dolgot a végző formák halvány árnyalatának látta. Itt a sokból az egybe megyünk, meglátjuk, hogy minden árnyékszerű jelenség mögött egy alap van. A másik esetben az egység kreatívvá válik, és formát ad magának. Platón a látható világot a "látható istennek" hívja. Platónnál integrálva van az aszcendáló és deszcendáló nézet.

A történelem során erőszakosan ketté lett szakítva ez a két irány, és ezután szemben álltak egymással. Ezt a két szálát kell megint egyesíteni. Whitehead szerint ami a nyugati filozófiában történt, az nem más, mint "Platónhoz írt lábjegyzetek". Bár ezek a jegyzetek két részre oszlottak, mindenki megragadta a maga kedvenc felét. Plotinus is Platónhoz hasonlóan gondolkodott, ő úgy hívta a két irányt, hogy reflux, eflux. A szellem beleüríti "efluxálja" magát a világba, tehát az egész világ tökéletes manifesztációja a szellemnek, és a világ állandóan visszatér, "refluxál" a szellembe. Plotinus is úgy vélte, hogy a holarchiában minden magasabb szint meghaladja, és magába foglalja az alatta levőt.

A gnosztikus aszcendenspártiak voltak, minden deszcendens megközelítést ördöginek tartottak. Az egész manifesztált világ bűnnel teli, korrupt árnyékvilág volt a számukra. Az üdvözülés úgy érhető el szerintük, ha felmegyünk az Egybe. Plotinus támadta ezt.

A gnosztikusok megtalálták az oksági egyet, de nem léptek tovább a non-duális felismerésbe, hogy az egy és a sokaság egy és ugyanaz. Az aszcendens és deszcendens folyamatokat integrálni kell a non-duális szívben. Plotinus úgy érvel, ha a gnosztikusok tényleg szeretnék a szellemet, akkor annak gyermekét, a teremtett világot is szeretnék.

Bölcsesség és együttérzés

Az aszcendens ösvény a bölcsesség ösvénye. A bölcsesség látja, hogy minden forma mögött ugyanaz az egy áll, ezért minden forma illuzórikus, valódi természet nélküli. Keleten ezt *pradzsnjának* hívják. A deszcendens irány az együttérzés és szeretet iránya, mivel a személy látja, hogy az egyből manifesztálódik a sok forma, ezért mindent egyformának lát, egyforma kedvességgel, együttérzéssel kezel. Minden manifesztált dolgot törődéssel, lágy csodálattal közelít meg. Keleten ezt *karunának* hívják, ami látja, hogy az üresség forma. A pradzsnja és karuna, nyugaton *érosz* és *agapé* néven ismert. Ennek a kettőnek a kiegyenlítésére, egyensúlyára törekednek a spirituális tradíciók. Az aszcendens ág maszkulin jellegű (isteni, transzcendens irány), mely örökké arra törekszik, hogy egyre nagyobb egységeket hozzon létre, áttörjön a határokon, kitáguljon az égig. Mindig a mélyebbet, magasabbat keresi.

A szellem női arca, az istennő, az agapé, az együttérzés, a deszcendens irány, a dolgokban levő immanencia a kozmosz manifesztálódó áramlata, a megtestesülés, testet öltés, kapcsolat princípiuma. Minden lényt egyforma kedvességgel érint meg, ölel át. Nem utasít vissza semmit, mindent magába fogad. Érosz küzd az egységben található jóért, a transzcendentális tudásával, Agapé pedig Jósággal és törődéssel átöleli a sokaságot.

A tantra a végső dualitástól mentes valóság, melyet az üresség és forma, vagy Shiva és Shakti szexuális ölelésében fejez ki. Se az aszcendens, se a deszcendens nem véglegesek, egyik sem kiemelkedőbb a másikonál. Mindkettő a másiktól függ.

A két különböző isten

Az aszcendens hagyományokban az Isten más világban lakik, szigorú erkölcsökkel rendelkezik, aszkétikus beállítódású, a szexet, a testet, a húst mint archetipikus bűnököt elvágja az embertől, kolostori beállítódású. Tisztán transzcendentális. Azt keresi, hogy hogyan menekülhet el a sokaság elől az Egy megtalálása érdekében. Nem bízik abban, hogy a boldogságot ezen a földön meg lehetne találni. Kerüli az időt, hogy elérje az örökkévalóságot. Szégyennel rejti el az arcát e világ árnyoldalai elől.

A deszcendens hagyományok Istene ennek épp az ellenkezőjét képviseli. Az egységből a sokaságba menekül, a látható, érzékelhető világ a területe. A tiszta immanencia, megtestesülés, testben lét Istene. A sokféleség ünneplése a dicsősége. Az érzékeket, a szexualitást és a Földet ünnepli, a teremtésközpontú spiritualitás okozza örömét. Augusztinus és Kopernikusz között a millennium idején az aszcendens szemlélet uralkodott, ez egy férfi-alapú spiritualitással rendelkező agrárkultúrában. A megváltás számukra ebben a testben és eben az életben nem érhető el, csak a másvilágon. A földi dolgok, a testiség mind bűnös, mind illúzió. A bűnök oka a nő, a test, a nemiség – ezek a tabuk, az ördögi dolgok. Akár keleten, akár nyugaton az agrártársadalmak ezt az aszcendens szemléletet képviseli. A keresők ezért intenzíven vágytak a mennyországba vagy a Nirvánába, amit e világtól távol kerestek. A korai judaizmusban, a gnoszticizmusban, a kereszténység legnagyobb részében, az iszlámban és a korai (hinajána) buddhizmusban van jelen ez a szemlélet. Ez az élet OK, de a dolgok a halál után válnak igazán érdekessé. A Föld csupán kifutópálya az igazi, nagy

felszálláshoz. Európában ez a nézet erősen megváltozott a felvilágosodás korának és a rációnak a beköszöntével. Az aszcendens szemlélet lehanyatlott, és a deszcendens jelent meg. Ekkor az ördögi, a kerülendő az aszcendens irány lett, így a modern nyugat elkezdte tagadni a transzperszonális dimenziók létezését. A civilizációnk innen kezdve a Lapos-világot dicsőítette, aminek következtében az elmúlt évszázadokban a vallás és a tudomány között kibékíthetetlen ellentét alakult ki. Deszcendens szemszögből a megszabadulás csak ezen a földön található, a látható, kézzelfogható, manifesztált világban, a tiszta immanenciában. Ezt a nézetet képviseli a politika, a tudomány, a marxizmus, az iparosodás, a fogyasztói kultúra, a mai Föld- és ökológiai mozgalmak jó része, az újratörzsiesedés, az ősi társadalmakhoz visszanyúló mozgalmak, a tudományos materializmus, a Földanya hitek, az ökofeminizmus. Nincs semmi magasabb vagy transzcendens, minden ilyen dolog veszélyes, ami az evilági örömeket veszélyezteti. Ez sem az aszcendens és a deszcendens integrálása, hanem egy dualisztikus, behatárolt, megosztott részleges megnyomorított szellemiség. Nagy együttérzés, kevés bölcsesség jellemzi. Együttérzés a megengedés, a mindent szabad értelmében. A csodálatos forma világa ez, ahol nem létezik az üresség. Az elmúlt 1-2000 évben az aszcendens civilizációnkat az aszcendens ág uralma jellemezte, az elmúlt 2-300 évben a deszcendens ágé, ami ma a nyugati világ rémálmává vált. Ne gondoljuk, hogy ez a kultúránk hivatalos világnézete, de mi mentesek vagyunk ettől. Minden porcikánkban így gondolkodunk, nem is tudunk másképp látni, gondolkodni, hisz ebben nevelkedtünk fel. Az ökológiai filozófusok azt hiszik, hogy a nagy Istennő-Szellem egyedül képes megoldani az ökológiai krízist, holott pont az ellenkezője történik. Maga ez a nézet segíti elő az ökológiai krízist, mely magát az Istennőt, Gaiát pusztítja el.

15. Fejezet: A Kozmosz összeomlása

Mint már említettük korábban, a modernitás a Nagy Hármat fragmentálta, a szelf a morál és a tudomány egymás torkát tépi, és küzd az integritás helyett a maga dominanciájáért. Mind a három a többi tagadásával és önmaga előtérbe kerülésével próbálja a részre szakadtságot orvosolni. A modern kor vívmánya a mágikus és mitikus szint meghaladása és a racionalitás, az ész, a világcentrikus erkölcsiség kibontakoztatása, mellyel felszabadította a nőt, a rabszolgákat és az érinthetetlenek, bevezetve az egyenjogúság ideáját. Noha a kultúra gravitációs centruma ez lett, az emberek jó része nincs ezen a szinten. Ekkor jelent meg a demokrácia is, előtte a mitikus korszak etnocentrikus légkörében Istenhez csak néhány kiváltságos ember férhetett hozzá, a modern korban azonban mindenki számára elérhető. A modern kor demokráciája minden emberre kiterjed, nem úgy, mint a Görögöknél, ahol három emberből egy szolga volt – gyakorlatilag a gyerekek és a nők is. Kifejlődött a tudomány, amely önmagában nagyszerű fejlemény, azonban mindenre ezt a szemléletet húztuk rá. Ez a *szcientizmus* lett az egész hátulütője, amely nemcsak a maga igazát vallja, hanem agresszívan támad minden mást, ami rajta kívül létezhet. Így alakult ki az az elképzelés, hogy az elme egy "tabula", amely teljesen "rasa", tehát egy olyan lap, amely teljesen üres mindaddig, amíg az élet során a tapasztalatok fel nem töltik azt. Teljesen üres lélekkel születünk, semmi nincs bennünk. Nincs Szellem, nincs belső szubjektum, csak az objektív valóság van, nincs elme, lélek, tudatalatti, öntudat és tudatfeletti. Az "az" nézőpont terjedt el, amely teljesen egyeduralkodóvá vált. E folyamatot az empirikus tudomány kibontakozása és az erőteljes iparosodás segítette elő nagymértékben, melynek lényege az eszköztermelés. Korábban is mindig fontos volt az eszközök készítése és fejlesztése, de ebben a korszakban ez a korszak izmosodott meg a legerőteljesebben – a gépek, az ipar lerohanták a lelket. Kialakult a mechanisztikus világnézet és a részekre szakadt analitikus világkép, és felszívódott a spirituális és vallási érzékenység. Mindez az iparosodásból származik, ami az "az" kvadráns eltűzött gyakorlása. Ez a mára már rákként fenyegető egyoldalúság nemcsak azt határozta meg, hogy hogyan álljunk a problémákhoz, hanem azt is, hogy mit tekintünk problémának, és mit ne tekintünk annak, illetve mit tekintünk valóságnak, és mit ne. Egy társadalomban a technológiai-gazdasági alap határozza meg azokat a konkrét kereteket, amelyekben belül egy kultúra működni tud. A mai kultúrában pl. nehéz lenne rabszolgákat tartani, mert a családjunk, a szomszédok megbotránkoznának, és a hatóságokkal is összeütköznénk. A társadalom szerkezete lehatárolja, mit tehetünk, hogyan gondolkozzunk. A tudomány problémája nem az, hogy részekre szedte a világot, és analitikus módon közelíti meg azt, hanem hogy kizárólag az "az" nézőpontjából látja a világot. Ez igaz nemcsak a hagyományos atomisztikus tudományra, hanem a mai holisztikusokra is. Sokat hallani manapság a newtoni atomisztikus, mechanisztikus nézeteket meghaladó új, holisztikus paradigmákról, például a kvantumfizikáról, rendszerelméletről, mely állítólag képes meggyógyítani a megosztottságot. Azonban ez ugyanannak az éremnek a másik oldala, mint az atomisztikus nézet volt – ezek az "az" szemlélet két aspektusa. Ha a tudatosságot akarod vizsgálni, ülj ide, ne is szólj egy szót se, majd én elektródákat helyezek a fejedre, néhányat metszek az agyadon, és elmondom, mit tapasztalok. Ez a megközelítés terjedt el. E mögött a következő következtetés húzódik meg: egyedül a természet valós, az egy a természet része, tehát a tudatosságot az agyban kell keresni. Az igaz, hogy az agy a természet része, de az elme az nem az agy része. Az elme vagy tudatosság ugyanannak a dolognak (holonnak) a belső része, aminek a külső az agy, egy érem két oldala ezek, nem az agyban van benne az elme. Az elme az "én" nézőpontból létezik, az agy pedig az "az" nézőpontból. A történelemben először mellőzték a nagy holarchiát, mert nem lehetett a térben ujjal rámutatni a nem kézzelfogható dolgokra. A racionalitás, amely az

emberiséget felszabadította korábbi bilincseitől, ma elidegenítővé és pusztítóvá vált. A mai világban egy óriási iróniát találunk: az evolúció újabb szintjein egyre nagyobb mélységek jönnek létre, a modernitás pedig (mely maga is egy magasabb, mélyebb evolúciós szint) tagadja a mélység létezését. A tudat fő tevékenysége önmaga létezésének agresszív tagadása lett. A Szellem hiánya a modern világban teljesen ironikus. A Lapos-világra jellemző az irónia "íze". A mai ökológiai krízis a deszcendens látásmód következménye. A legtöbb olyan személy, aki ma azt állítja magáról, hogy világcentrikus beállítódású, valójában nem az (csak ideológiailag), hisz nem tette meg önmagában a belső fejlődési lépést. Épp csak a lényegét hagyja ki: az odavezető belső utat. Olyan célt tűz ki, ahová nem vezet út, olyan térképet tanulmányoz, amely tagadja az út létezését.

A Lapos-világ kialakulásának háttérében nem a racionalitás, hanem az iparosodás áll, amely csak az empirikus természetet tekinti egyedül valósnak. A *természet* az iparosodás *terméke*. Plotinusnál az elme is és a természet is a Szellem kifejeződései, nem pedig vagy elme, vagy természet van. Mindkettő létezik, és a mögötte levő közös Szellem, mely mindkettőt meghaladja, és magába foglalja. A buddhizmus kifejezésével a Szellem, a dharmakája lehetővé teszi az elme, a szambhogakája megjelenését, ami lehetővé teszi a test, a formák, a természet, a nirmánakája megjelenését. A mi világnézetünk úgy véli, csak nirmánakája létezik. Az ökológia mozgalmak az empirikus természetet tekintik a végső valóságnak, azt hiszik, ez az Isten, ez a Szellem. Mindez ugyanabból az ipari világnézetből származik. Miközben elutasítják azt, megtartják a világnézetét. Felhozhatnánk érvként, hogy a mágikus hitű állattartó kultúrák is a természetet imádták, de ez nem így van – ők egyszerűen nem differenciálódtak a természettől. Az a fajta mágikus szemlélet animisztikus, differenciálatlan érzésekkel és egocentrikus impulzusokkal. A modern ökológiai romantika által imádott természet már differenciált – egy ilyen ökológus sem hiszi már azt, hogy a felhő azért mozog, mert őt akarja követni, vagy a vulkán haragjában robban ki (hacsak nem szenvednek borderline patológiában). A modern deszcendens szemlélet elpusztítja Gaiát, és a ma népszerű Gaia "vallás" is csak egy ezt célzó stratégia – ez az egész iróniája.

A megváltást a Nagy Három integrálása jelenti. A deszcendens szemlélet annyira belénk ivódott, hogy teljesen meghatározza a gondolatainkat, céljainkat, a megváltásról való elképzeléseinket, irányítja a kultúránkat, sőt annak ellenáramlatait is. A konformista és az avantgárd is az ő imáit éneklik. Vegyük észre az ördögi kört: akikbe a legmélyebben vájnak a deszcendens világ karmai, azok dicsőítik őt lehangosabban az imáikkal.

16. fejezet: Az ego és az öko⁴⁵

Áttekintjük most a racionalitás követőinek és a romantikusok táborának harcát és mindennek a mai következményeit. A racionális felvilágosodás hívei az ego tábor, a természeti romantikusok, a posztmodern lázadók az öko tábor. Az ego mindig is küzdött az ökoval és fordítva, amely küzdelem füstölgő romjain állunk ma. A két tábor a Lapos-világ ikrei. A különbségük az, hogy míg a felvilágosodás követői a deszcendens Lapos-világot racionális és ipari módon számításokkal közelítették meg, addig a romantikusok az érzéseiken, érzelmeiken és megérzéseinken át. Megváltásnak azt tekintették, ha az érzelmeinkben eggyé válunk a Lapos-világgal, a természettel, a formák világával, a jelenségvilággal. Habár mindketten a Nagy Hármas problémájának a megoldását ígérték, valójában csak erősítették azt. Hogy ne essünk a Lapos-világ csapdájába, nem állunk egyik pártjára sem, hanem mindkettő történetét átnézzük. A deszcendens hálón belül két ellentétes irányban indultak el. A racionális ego tábora – Descartestól kezdve Locke-on át Fichte-ig – a természetet számításokkal akarta kontrollálni és leigázni. A természetben az élet koszos, rövid, szegényes, amorális, ezért a racionális ego munkájának ezen amorális, embertelen, állatias hálóból való szabadulást jelölték meg. Az ego munkája a természetből való kiszabadulás és kivonulás – az autonóm szelf képzete. Az öko-romantikus lázadás kikelt ez ellen, mert meglátta benne a masszív szakadékot az ego és a természet világa között. Ezt hangoztatta Rousseau, Herder, Schiller, Novalis, Coleridge, Wordsworth, Witman. A kritika mellett kifejezésre jutatták azt is, hogy ők egy, a természet nagy hálójába való beilleszkedést akarnak, hiszen mindezt érzik magukban. Egységbe akartak lépni magukkal azáltal, hogy egységbe kerülnek a természettel. Vegyük észre, hogy ez ugyanaz a monologikus természet, amelyet az ego tábor hangoztatott, csak máshogyan megközelítve – nem a kontroll, az uralkodás és a kalkuláció oldaláról, hanem az eggyé válás felől. Nem volt többé Szellem, elme, tudat, csak a természet hangja létezett, és ezt az alapparadigmát – melyből mindkét tábor kiindult – nem kérdőjelezték meg, mivel senki sem vette észre. A probléma az volt, hogy mindkét tábornak tagadhatatlanul igaza volt, és a felszínes igazság oly töredékeit birtokolták, amely túlélte a Kozmosz összeomlását. Érthető módon egyik tábor sem akart engedni a maga igazából.

Miért akart az ego tábor kivonulni a természetből? Kant úgy vélte, hogy a szenzoros természetben nincs tudatos morális érték. Ez a természet amorálisát (a morál hiánya), nem pedig antimoralitását jelenti, hiányoznak a tudatos morális döntések. A racionális ego tábor legnagyobb alakjai a posztkonvencionális, világcentrikus morált képviselték, amely a demokrácia megjelenésének volt köszönhető. Teljesen igazuk volt abban, hogy a szenzoros természetben nincs benne a világcentrikus moralitás. Az altruizmus is csak genetikusan programozott, az egyéni génekészlet továbbadásának érdeke, funkcionális illeszkedés. Tudatosan világcentrikus erkölcsi szemlélet csak az embereknél van meg, és közülük is csak kevésnél. Ehhez fölül kell emelkedni a természetes biocentrikus impulzusainkon, egocentrikus vágyainkon és etnocentrikus látásmódunkon. Kant kifejtette, hogy csak akkor találjuk meg az igazabb szelfünket, magasabb aspirációinkat, ha mindezeket túllépünk. Kant túllépett a Lapos-világon, a deszcendens hálón, ahol csak az impulzusok, az énség és a lélektelen közömbösség uralkodott. Ez volt a transzcendentális tudatosságnak, a modern aszcendens áramlatnak a kezdete, amely próbált kitörni az empirikus természet tudatos morál nélküli deszcendens hálójából. Kant megpróbált kitörni ebből, és később követőkre lelt – Nietzsche, Schelling, Hegel, Schopenhauer, Hölderlin, Husserl, Heidegger. Úgy vélték, hogy csak a Kozmosz magasabb, transzcendens dimenzióiban találhatunk olyan nézőpontot, amelyből a

⁴⁵ Angolul szójáték: "the ego and the eco".

tolerancia és az együttérzés kibontakozhat. Kantnak mint az ego tábor képviselőjének is megvoltak a maga korlátai. A természetet meghaladni egy dolog, de hogyan integráljuk az elmét és a természetet? Hogyan valósítsuk meg azt, hogy nemcsak meghaladjuk, de integráljuk is a természetet egy magasabb egységben? Mit kezdünk az elme és a természet közötti szakadékkal? Kant, habár a Nagy Hármat (esztétika, morál, tudomány) próbálta integrálni, nem talált erre végleges megoldást. A feladat nem a három újraegyesítése, hisz nem is voltak integrálva *soha*, a differenciációjuk hiánya révén. A három disszociációját akarta Kant is megoldani, de az ipari ugar ezen rémálmából, mely az emberiséget azelőtt sose gyötörte, ő sem találta meg a felébredést.

Az ego és az elfojtás

A racionális ego a saját impulzusai és a természet fölé akart kerekedni, és mint minden esetben itt is elfojtás lett a túlzott transzcendálási törekvés eredménye. A racionális ego a környezete és a saját impulzusai fölé akart kerekedni, hogy elérje az üdvözülést, melyet a természetben nem lelt meg. Mindezzel azt érte el, hogy elfojtotta a saját impulzusait, életének a gyökereit és zamatát, és a környezetét, a bioszférát is. Mind a külső, mind a belső környezetét el akarta nyomni. Talán nem véletlen, hogy pont ekkor jelent meg Freud, aki a modernitás és a disszociációk doktora volt. A társadalmunkban épp ekkor csúcsosodtak az elfojtásból származó problémák. Az ego továbbra is térképezte a világot a maga objektív, monologikus módján, amivel egyre jobban távolodott önmagától és a világtól – de épp ez volt a célja, ebben remélte a megszabadulást. "Eltávolodom a világtól, nagyszerű! Ez kell nekem!" – vélte az ego. Az öko tábor eközben lázban égett, és hangoztatta, hogy ez az eltávolodás önmagunk és a világ kibevezéséhez fog vezetni. A racionális ego elfojtást, lelki kiszáradást, disszociációt és eltávolodott világot hozott a számunkra. Az öko mozgalmak erre válaszképpen jöttek létre, azzal a céllal, hogy újra birtokukba vegyék a világot.

Az öko tábor – ismét a világ bűvöletében

A racionális ego kritikájával kezdte pályafutását, az erős elfojtás ellen lázadt fel, mely szakadékot vont az elme és a test, az elme és a természet, valamint a morál és a természet közé. A romantikusok egészlegességet és egységet akartak. Vajon hogyan tudjuk összeegyeztetni azt a törekvésünket, hogy eggyé váljunk a természettel, de ugyanakkor fölé is emelkedjünk? Nem ez-e ma is a világ egyik központi problémája? Sem az ego, sem az öko tábor nem tudta megválaszolni ezt a kérdést. A romantikusok és a mai öko mozgalmak azt állítják, hogy a természet az egyedüli és végső valóság, melyen kívül nincs semmi, és amely mindent magába foglal, az embert és a kultúrát is. Mégis azt állítják, hogy a kultúra elvesztette kapcsolatát a természettel, attól különbözik, sőt elpusztítja azt. Vegyük észre, hogy ezzel rejtetten a természetet két, ellentmondásos módon definiálják. A Természet az egyetlen realitás, amely minden szervezetet, így az embert is magába foglalja. Ebben az értelemben a Természet az egyedüli, mindent magába foglaló valóság, melyen kívül más nem létezik. Másrészt viszont a kultúra eltér a természettől, és elpusztítja azt. Ez egy másik természetdefiníció, melynek nem része a kultúra, hanem támadója. A probléma pont e két rejtett természetdefinícióból, konfliktusából ered. A romantikusok krémje a Természet eszméjével azt próbálta kifejezni, hogy ez egy olyan, mindent magába foglaló Szellem, amely egyrészt transzcendálja, másrészt tartalmazza mind a kultúrát, mind a természetet. Ez így is van, de tekintve, hogy a romantikusok a tisztán deszcendens irányt képviselték, azonosították

a Természetet és a természetet, tehát a Szellemet a szenzoros, érzékelhető természettel. A természethez mint az érzékek kielégítéséhez való visszatérés az egocentrikusságot növelte. E szemszögből minél közelebb kerülünk a természethez, annál egocentrikusabbá válunk. Ha érzékeny, nyitott szívű, a spirituális élményekre nyitott emberek vagyunk, és a deszcendens világlátásban élünk, akkor ebből a szemszögből fogjuk értelmezni az élményeinket. Megtapasztaljuk például a világlelket, az egységélményt vagy a dualitástól mentes állapotot, és mindezt a természet keretein belül értelmezzük. Az evolúcióban ekkor nem előre felé, hanem visszafelé haladunk, regresszálunk. A romantikus és a mai öko-filozófiai mozgalmakra jellemző ez a regresszió.⁴⁶ Így bennragadunk az ellaposodott világnézetben, átöleljük, és megcsókoljuk ezt a sivár, kietlen árnyékvilágot, ezt a halvány, komor és unalmas ugart hívjuk Istennek vagy Istennőnek. Ezzel a térben meghatározható világgal akarunk eggyé válni – a mi zöld istenünkkel.

Ami a természettől eltávolít minket, az megöli a Szellemet – vélték a romantikusok. Ilyen a kultúra, tehát mélyen antispirituális. A deszcendens háló nagyon trükkös – a spiritualitást nemcsak úgy védi ki, hogy tagadja azt, hanem úgy is, hogy az öko-romantikus mozgalmakat kitermeli, amelyek a maguk deszcendens nézetei alapján értelmezik a spirituális élményeket, ellaposítva azokat. Ez egy olyan világnézet védekező mechanizmusa, amely fenn akarja tartani azt a nézetet, hogy a Szellem az a természet, és ez az egyedüli valós dolog.⁴⁷ Az öko-romantikusok úgy vélik, azt a történelmi múltat kell újra felfedeznünk, amelyben a kultúra még nem követte el merényletét a természet ellen, ahol az elme és a természet még nem vált szét, nem differenciálódott. Az elme és természet különválását tekintették minden probléma okának, még nem látták, hogy a Nagy Három differenciálódása egy folyamat része, amely azért történt, hogy utána integrálódhassanak. A tölgyfa beteg – menjünk vissza a makk állapotába! A történelmet szörnyű hibák sorának látták, melyek az emberiséget egyre távolabb vitték a paradicsomi állapottól, ahol az elme és a természet még nem különült el. A tölgyfát úgy tekintették, mint a makk szörnyű megerősökölése. Az emberiség feladatát a makk újrafelfedezésében és az ahhoz való visszatérésben jelölték meg. A megoldást nem a posztkonvencionális szintre lépés jelentette, hanem a prekonvencionálisra való visszalépést.

A Szellem magába foglalja a kultúrát és a természetet is. A differenciáció után az integrációnak kell következnie. Nem a második, biocentrikus szintre kell visszalépünk, hanem a hetedik, öko-noetikus szelfbe kell továbblépünk. Mint látjuk, az ökológiai mozgalom nem tudja megoldani ezt a problémát. Nem arról szól az ökológiai bölcsesség, hogy hogyan éljünk a természettel összhangban, hanem hogy hogyan toborozunk olyan személyeket, akik egyetértenek velünk abban, hogy hogyan éljünk összhangban a természettel. Az eredeti romantikusok a görög időkbe szerettek volna visszatérni, ott látták az egységet. Ma már ez nem divatos, ma az ásóbotos növénytermesztők korába vágynak vissza az öko mozgalmak, amelyek nem patriarchálisak, hanem matriarchálisak. Ezeket a Nagy Anya, a Földanya irányította. Az ide vágyók mellőzik azt a tényt, hogy ezek a társadalmak emberáldozatokat mutattak be a termékenységért. A görögöknek is elnézték a romantikusok, hogy rabszolgákat tartottak, és a gyerekeket és nőket is szinte rabszolgaként kezelték. A békeszerető Nagy Anya társadalmak 44 %-a állandóan háborúzott egymással, rabszolgákat tartottak, és a férfiaknak meg kellett vásárolniuk a menyasszonyt. Az öko-maszkulinista mély-ökológia mozgalmak ezen társadalmakat tekintik eredetinek és tisztának. Mivel nincsen már

⁴⁶ Az angolban Wilber ezt egy szójátékkal fejezi ki: ego-repression, eco-regression (ego-elfojtás, öko-regresszió).

⁴⁷ Szerintem jó, ha tudatosítjuk, hogy ez nemcsak valami tőlünk független "deszcendens világ, Lapos-világ", valami távoli mumus védekező mechanizmusa, hanem itt a saját védekezésünkről is szó van. A spirituális szintekre lépéstől nagyon félünk, hisz az a most ismert önmagunk feladását jelenti. Ezért mindent megteszünk, hogy fenntartsuk ezt az éniünket.

hova visszamenni a történelemben, bizonyára ez az eredeti állapot – inkább figyelmen kívül hagyjuk az árnyoldalait.

A kérdés ma is ugyanaz: váljunk eggyé a természettel a morális szabadság és autonómia megvalósításáért, vagy haladjuk-e meg azt? Transzcendentális ego vagy, vagy immanens öko. A dilemma archetipikus harcosai pl. Fichte és Spinoza. Fichte úgy akarta leküzdeni ezt a dilemmát, hogy az eget abszolutizálta – ez az aszcendens ösvény. Az öko-romantikusok az ellenkező irányban indulva az öko abszolutizálásával akarták megoldani a problémát. Élharcosuknak Spinozát tekintették. Ez a kettőség szimbolizálja a nyugat kétezer éves próbálkozását a felébredésre. Kant vagy Spinoza, Fichte vagy Spinoza, Kant vagy Goethe? Mára ez a kérdés a krízisig éleződött. Hogyan tudjuk egyszerre megvalósítani azt, hogy egyek legyünk a természettel, és ugyanakkor meghaladva azt elérjük a morális szabadságot? Hogyan tudjuk egyesíteni Platón lábjegyzeteit?

A küzdelem közepén megjelent Schelling, és úgy tűnt, elhozta a probléma megoldását.

17. Fejezet: A deszcendensek uralma

Schelling az elme és a természet integrálására törekedett. A felvilágosodás szerinte sikeresen differenciálta az elmét és a természetet, de elfelejtette azt a közös alapot, ami e kettőt egyesíti, így disszociálódott is az elme és a természet. Ezt a modernitás katasztrófájának tekintette. A reprezentációs paradigma, a tudományos szemlélődés szakadékot von a külső tárgyként megfigyelhető természet és az arra reflektáló, megfigyelő szubjektum között, így az emberek magukat is tárgyként kezdték el kezelni. Ez a humanizmus dehumanizálásához vezetett. Schelling egyetértett a romantikusokkal, de meg is haladta őket, mert elutasította a természetbe való regressziót. Láta és hangoztatta, hogy a disszociáció megoldása nem a gyerekkorba való visszatérés, hanem tovább kell mennünk, és túl kell jutnunk az elmén, a ráción, mert ekkor vesszük csak észre, hogy az elme és a természet csupán két aspektusa ugyanannak a mögöttes, egyetlen, abszolút Szellemlnek, kvázi Isten két karja. Schelling kollegája, Hegel úgy vélte, a Szelleml nem az egység külön a sokaságtól, hanem egymaga a fejlődés folyamata.

Evolúció: a Nagy Holarchia kibontakozása az időben

Az evolúciót Darwin előtt az egymásból kialakuló fajok nagy láncolatának tekintették, és feladatuknak a fajok közötti hiányzó láncszemek megtalálását helyezték előtérbe. A repülő halat pl. a hal és a madár közötti átmenetnek tartották. Mindenki a hiányzó láncszemeket kereste, még a más bolygókon való élet gondolata mögött is – pl. Giordano Bruno – a nagy láncolat újplatonista eszméje állt. Mindez Plotinusra vezethető vissza, aki szerint a Szelleml önmagában olyan teljes, hogyha önmagát a teremtésbe üríti, akkor nem marad a teremtésben, a világban üres folt. Plotinus leírta az egymásba ágyazódó fejlődési szinteket az anyagtól Istenig, melyet ha megvizsgálunk, akkor a mai evolúció-felfogásunk fő szakaszait fedezzük fel benne. Az evolúció az anyagtól az érzékelésig haladt, majd az észlelésen és az impulzusokon, ösztönös készleteken át a belső képekig, szimbólumokig, fogalmakig, az öntudatos elméig és azon túl. A modern – deszcendens – világnézet abban különbözött Plotinustól, hogy nem látta az evolúció magasabb szintjeit, amelyek a ráción túl vannak. Schelling transzcendentális filozófiája az 1800-as évek elején már megvolt, a repülő hal mint hiányzó láncszem gondolata 1840-ben vált ismertté, tehát mire Darwin 1860-ban megjelent, ez az evolúció-felfogás már jelen volt. Darwin hozzájárulása nem maga az evolúció gondolata volt, hanem a természetes kiválasztódás gondolatának hozzáadása mint az evolúciót irányító folyamat. Később kiderült, hogy mindez a makroevolúciót nem tudja megmagyarázni. Wallace, aki Darwinnal együtt szintén hozzájárult az evolúció elméletéhez, úgy vélte, hogy a természetes szelekció önmagában nem oka, hanem eredménye annak, ahogyan a Szelleml a teremtésben megnyilvánul. Maga Darwin vonakodott a legjobban attól, hogy a Szellemlt kivonják az evolúcióból. Végül is a nyugati elme történetében Platón után a legnagyobb hatást gyakorló filozófusok Plotinus és Schelling volt. Plotinus leírta a nagy hierarchiát, Schelling pedig az idői evolúcióba helyezte azt. A modern és a posztmodern világot az evolúció gondolata uralja. Történelmileg eljutottunk arra a pontra, ahol kezdjük megérteni, hogy a Nagy Holarchia az időben fejlődött ki. Ebben a felismerésben Schelling vízvonalzó, aki az evolúciót spirituális folyamatnak tekinti. A szelleml jelen van az evolúciós folyamat minden egyes szakaszán. Ez maga a folyamat. Schelling úgy véli, sem a természet, az anyag, sem az elme nem az egyedüli realitás, hanem a Szelleml az, de hogy meg tudjon nyilvánulni, ki kell, hogy lépjen önmagából, és bele kell ürítenie magát a manifesztált világba. A Szelleml a

manifesztált világba beleereszkedik, deszcendál, de a manifeszt világ nem különbözik a Szellemtől, hanem annak a kifejeződése, működése. A Szellem először kiárad magából, hogy létrehozza a természetet, önmaga objektív manifesztációját. Az evolúció ezen szintjén a Szellem még öntudatlan, "szunyókáló Szellem". A természet tehát nem az elme mögötti tehetetlen, mozdulatlan, élettelen, eszközként szolgáló háttér, hanem egy önmagát szervező dinamikus rendszer, amely a velejéig spirituális. Ahogy Platón mondja, a látható, érzékelhető Isten, amelynek fejlődése van. A természet nem egy statikus, determinisztikus gépezet. Schelling a természetet úgy tekinti, mint az alkotás folyamatában levő Istent. A természetben a Szellem még nem ébredt öntudatára, még nem reflektál magára. A Szellem ébredésével megjelenik a tudatos morál a világban, mely önmagában a természetben nincs meg. Önmagára ébredése során elkezd keresni magát a szimbólumokon, fogalmakon, tehát az elmén át, melynek eredménye, hogy az univerzum elkezd az univerzumból gondolkodni, ez teremti meg a ráció és a tudatos morál világát. Amíg a természet az objektív szellem, addig az elme a szubjektív szellem. Míg az ego tábor az elmét, az öko tábor pedig a természetet akarja az első helyre helyezni, addig Schelling szerint mindkettő szükséges, de nem elégséges, hanem csupán részleges mozzanata a Szellem fejlődésének, amely mindkettőt meg fogja haladni, és magába fogja foglalni. Ezáltal fog a felsőbb identitására ébredni. A modern világunk nem más, mint az ego és az öko beragadt küzdelme egymással, ami szintén része a Szellem öntudatra ébredésének.⁴⁸ Ezen a tűzkeresztségen nekünk, moderneknek kell átmennünk.

Schelling szerint a nonduális szintézis felé haladunk, ahol az anyag, a természet és a Szellem, a szubjektív és az objektív egyesül, amely során közvetlenül fogunk átélni direkt misztikus intuíciókat és megtapasztalásokat. Ekkor a Szellem már direkt fogja tapasztalni magát, formák – az objektív természet részei és a szubjektív elme gondolatai – közvetítése nélkül. A Szellem objektíven megismeri magát mint természet, szubjektíven mint elme és abszolút módon mint Szellem. A forrása a csúcsa és az Erosza az egész folyamatnak – tudatalatti, öntudatos és tudat feletti. Preperszonális, perszonális és transzperszonális. Preracionális, racionális és transzracionális. Bioszféra, núszféra, teoszféra. Ego és öko egyesül, anélkül, hogy egymásnak feszülne. Az öntudatára ébredt, magasabb identításban tudatosan realizálódó elme ugyanaz, amely az evolúció egész folyamatában mindig is jelen volt mint maga a kibontakozás folyamata. Minden szinten egyre többet valósít meg magából a Szellem, és így a szunyókáló természetből az ébredő elmén át az önmagára való végső ráébredésig halad. Schelling integrálta az ego és öko táborát, az autonómiát és a teljességet, Nietzschét és Spinozát, mert – ahogy mondja – amikor a Szellemet felismerjük a felsőbb identitásunkként, akkor a legteljesebb mértékben autonómak vagyunk, mert nincs semmi, ami rajtunk kívül lenne. Teljesek és egyesültek vagyunk, nincs tőlünk függetlenül létező dolog. A felsőbb identításban az autonómia és az egység egy és ugyanaz. A nőnek és a férfinak nem kell feláldoznia saját autonómiáját és akaratát, mert az akaratuk illeszkedik magához a Kozmoszhoz. Az egész Kozmosz nem más, mint a legbelső szelfünk, legbelső ön-magunk, a Kozmosz mi magunk vagyunk, amit mi teszünk, azt teszi a Kozmosz. A nagy bölcsek különleges és paradox titka az, hogy a végső megszabadulás mindig is már eleve megvalósultan jelen volt. Az utolsó lépés az idő köréből való kilépés, a kezdetektől fogva az egész úton elkülönülés nélkül velünk levő Időtlen megtalálása. Ahogy Hegel mondja, az abszolút Jó örökké kiteljesedetten megvan a világban, csak várnia kell ránk. Csak az Egység és a Kozmosz van, és csupán az ego illúziója az, hogy ettől elkülönülten létezzünk, amely a végén, mint egy báránnyelű a nyári égen szertefoszlik. Az ilyen nézetek mégis eltűntek, az idealizmust a deszcendens világ hamar bekebelezte, és mint Gaia-centrikus megváltást dobta

⁴⁸ Ez a küzdelem ugyanis ma krízishez juttatott minket, a krízis pedig az evolúciós lépés előfeltétele. A krízishelyzetben két kimenetel lehet: magasabbra lépés – transzcendálás – vagy szétesés.

újra a felszínre, akár a Marxizmus, az ököcentrizmus vagy a kapitalizmus formájában. Maradt a már jól ismert kétfajta választási lehetőség az emberek előtt: kontrolláld a természetet, vagy válj eggyé azzal.

Vajon a megoldás az-e, hogy visszahozzuk az idealizmust, Schellinget és a többieket? Nem. Az evolúció továbbment. Már más technológiai és gazdasági alapunk van, amelyhez nem illeszkedne az elmúlt idealizmus. Mondhatjuk úgy is, hogy újfajta idealizmus kialakulása van küszöbön, az eljövendő Buddha digitálisan fog beszélni. Az idealisták közül valószínűleg senki nem foglalkozott a négy kvadránssal és a transzperszonális területekről élményeik, benyomásaik interpretációi is elég halványak, gyengék. Ez mutatja, hogy nem dolgoztak ki olyan kontemplatív, transzperszonális gyakorlatokat, amelyekkel el lehet oda jutni. Megmaradtak az elmélkedés szintjén – ami nem visz túl a gondolkodáson és az elmén. Számukra nem volt meditációs praxis, tapasztalati, gyakorlati módszertan, hogy megtapasztalják a tudatban a transzperszonális állapotokat, betekintéseket. Alapvető problémájuk, hogy megmaradtak pusztán a filozofálás szintjén. Olyan ez, mint éhes gyomorral üres asztal körül az evésről beszélgetni és elméleteket alkotni – annak reményében, hogy ettől csillapodik az éhség. Jól nem lakik tőle az ember, előbb-utóbb éhen hal. Az idealizmus a metafizikus monologikus művelésévé degenerálódott, és ugyanaz lett a végzete, mint bármely metafizikának – egyoldalúan csak a tudat térképezésével foglalkozik, és nem nyújt belső technológiákat magának a térképezőnek a megváltoztatására. Nem volt jelen az emberek életében és a társadalomban az a mód, ahogyan a mélyebb szelfet (én/Buddha), közösséget (mi/Szangha) és igazságot (az/Dharma) megtapasztalhattuk volna – egyszóval a jógát. Az idealista mozgalom alapja nyilván az ezt képviselő emberek néhány transzperszonális élménye volt, de mindez teljesen és pusztán a víziológika szintjén fejezték ki, így az elmét, a gondolkodást olyan feladattal terhelték meg, amit sose tudhat beteljesíteni. Nem tudhatja, hisz a transzperszonális belátások túl vannak az elmén, a szavakon, a ráción, az érvelésen.

Hegel a transzperszonális vagy transzracionális Szellemet teljesen azonosítja a víziólogikával. A Valóságos az Racionális, a Racionális az Valóságos. Racionális alatt a víziólogikát érti. Ez sose működött, és nem is fog, a víziológika nem más, mint a Szellem megjelenése a kentauri szinten, de mint tudjuk, ennél vannak magasabb szintek, a kentaur a kapu azokhoz. A Zen is az ürességről beszél, mégsem metafizika, mert konkrét gyakorlatot és metodológiát ad – zazen és meditáció –, amely lehetővé teszi számukra, hogy konkrét saját élményekről és megtapasztalásokról beszéljenek, és másoknak is meg tudják mutatni azokhoz az utat. A Zen tehát se nem metafizika, se nem térképezés.

Hegel után Feuerbach hirdette, hogy a spiritualitás és az aszcendens szemlélet bármilyen formája a férfi és a nő humán potenciáljának egy másik világba való kivetítése, ami a képzelet szüleménye. Úgy véli, ez az oka a férfi és a nő egymástól és a világtól való elidegenedésének. Természetesen, mivel Feuerbach nem tapasztalt meg magasabb állapotokat,⁴⁹ és ezért nem látta át az egészet, tudattalanul összekeveri a mitikus másvilágiság nézetét a magasabb/belsőbb transzperszonális potenciálokkal. Épp e tudatlansága miatt ragad benne ő is a deszcendens látásmódban, és állítja továbbra is, hogy egyedül a természet a valós. Marx és Engels is ebbe az áramlatba tartoztak, mivel azt vallották, hogy a természetben és az emberi lényeken kívül semmi nem létezik, és a magasabb lények és létezők csak a magasabb fantázia szüleményei, a saját létezésünkre adott fantazmagórikus reflexiók. Tulajdonképpen az egész modern és posztmodern világ Feuerbach követője.

⁴⁹ Felmerülhet a kérdés: honnan gondolja Wilber, hogy Feuerbachnak milyen megtapasztalásai voltak? Szerintem onnan tudja, hogy ismeri a magasabb állapotokat, és tudja, hogy aki olyat átél, az hogyan látja a dolgokat, mit mond és mit nem.

Az Internet

Nézzük meg, hogy az olyan rendszer, mint az Internet, amely emberek tízmillióit köti össze egy információs csereközeggé, vajon pusztán deszcendens jelenség, vagy globális-e! A globális tudatosság felé mutat-e ez? Önmagában az információs háló, a Net csupán a külső szociális struktúra, a jobb alsó kvadráns. Ami a hálózaton belül történik az a tudatosság területe, a morálok az értékek. Ez viszont az Internet esetében nem képviseli a globális tudatosságot. Nem más ez, mint a Lapos-világ és a deszcendens szemlélet legrosszabb formája, a legdeszcendensebb és legdestruktívabb. A Net egyszerűen az új technológiai alapok része, a jobb alsó kvadráns, és mint ilyen önmagában semleges a tudatosságra nézve. A jobb kezes dolgok mindig semlegesek és értékmentesek. Amit a komputer technológia és az információs kor jelent, az nem más, mint a világcentrikus látásmódot támogató technológiai alap, ami lehetővé teszi a globális tudatosságot, azonban önmagában nem garantálja azt, hisz képtelen azt előidézni. Hiába van Internetünk, ha magunkban belül nem tesszük meg a tudati fejlődésünk lépéseit, nem lesz globális tudatosság, hiába van rá meg a technikai lehetőségünk. A globális tudatosság tehát nem attól jön létre, hogy megteremtjük a technikai alapját, hanem az egyéni belső szemléleti fejlődéstől, amit mindannyiunknak egyenként magunknak kell megtennünk. Mi a jó abban, hogy 30 millió első morális szinten álló ember ki tudja terjeszteni az egocentrikus moralitását a többiekre? Mi lett volna jó abban, ha a nácioknak Internetünk lett volna? Valószínűleg nem léptek volna előbbre önmagukban a globális látásmód szintjére, hanem további pusztításokra használták volna fel. Ezen átsiklik az emberek figyelme, mikor az Internetet mint egy holisztikus hálót látják maguk előtt. (A deszcendens) szokás szerint csak a külsőre fókuszálunk, és elfelejtjük a belsőt, hogy közben mi zajlik a lelkünkben, a tudatunkban. A Lapos-világ azt hiszi, hogy mivel az Internet globális, a tudat is azzá válik általa, holott a valóságban meg sem közelíti még azt. Már most két probléma van, ami a világháló létrejöttével a felszínre került. Szinte teljesen anarchikus és egocentrikus férfi energia uralja az egészet. Férfiak építették férfiakká, és a Newsweek jelentése szerint a felhasználók 95 %-a férfi.⁵⁰ Az Internetet is a férfiuralom és az egocentrikus, anarchikus "nyomulás"-ra használjuk fel mint eszközt. Ha viszont önmagunkban átlépünk az egocentrizmusunkból a világcentrikus látásmódra, akkor a kezünkben van egy eszköz, amivel sokkal magasabb szinten kezdetünk el működni. Az információs sztrádákon száguldozó hímek többnyire digitális ragadozók – egocentrikus komputerharcosok –, akik magasról tojnak az interszubjektív együttműködésre és a közös megismerésre. Ennyit a globális tudatosságról. Az internetezők többsége konvencionális és ego- vagy etnocentrikus tudatállapotban vannak, és az Internet ezt magától nem tudja megváltoztatni, sőt inkább regresszióhoz segít.

A Gaia vallás

Mi van a túlnépesedéssel, az ózon elvékonyodásával? Ezek mind Gaiának és mindannyiunk központi problémája. A Gaia fő problémája nem az iparosodás, az ózonréteg elvékonyodása vagy az energiaforrások kimerülése, ezek csak következmények. A fő probléma az elménkben, a núszférában, a hozzáállásunkban van. A kölcsönös megértés és egyetértés hiánya arra nézve, hogyan kezeljük ezen problémákat. Nem uralkodhatunk az iparon addig, amíg nem jutunk egy világcentrikus szemlélethez, egy olyan morális álláspontra, ahol a globális közös jót tartjuk szem előtt. Nem várhatunk itthon ülve arra, hogy majd a politikusok,

⁵⁰ Wilber a könyvet '96-ban írta.

a tudósok, az ökológiai szakemberek, környezetvédők ezt a lépést helyettünk megteszik. Ilyen nincs, ez illúzió. Mindannyiunknak a saját, egyéni felelősségünk ez. Ezt a belső, szemléletbeli váltást csak egy nehéz, sok munkát igénylő belső növekedési és átalakulási folyamattal érhetjük el. Magunkon kell dolgoznunk, ami nem megy egyik napról a másikra. Az olvasás, beszélgetés, vitatkozás, filozofálás, konferenciák tartása nem oldják meg a problémát, ezek kifújtt ügyek.⁵¹ A környezetünk, a rendszerek térképezése, az ökológiai térképezés nem oldják meg a problémát. A deszcendens irány teljesen elutasítja a transzcendenciát, így semmibe veszi, és lenézi azt, ami Gaia egyedüli túléléshez és üdvözüléséhez vezet. A transzcendenciától való viszolygás a deszcendens világ trippeje. A deszcendens világ így stabilizálja frigyét a Lapos-világgal, melyben biztosítja, hogy az empiria lerohanja és gyarmatosítja az én és a mi területeit. A modernitást átnyújtja a bánat, szomorúság, fájdalom és a sajnálkozás szerelmeseinek, akik a hajthatatlan szégyenük árnyékába bújnak, és ezzel állandósítják a Szép, a Jó és az Igaz keserű fragmentációját. Az elmét, a kultúrát és a természetet egymással szembeállítja. Nem úgy kezeli őket, mint egymásban bízó és egymást segítő barátokat, hanem egymás irányában kicsinyesen gyűlölködő, rosszhiszemű, bosszúra és megtorlásra kész ellenfelekként. Így a racionális ego tábor a természetfeletti kontroll és dominancia iránti törekvésével hozzájárul Gaia kifosztáshoz. A modernitás iróniája: Gaia vallása ugyanabban a deszcendens hálóban akad fenn, amely az alapvető destruktív erő ma a Földre és az emberekre nézve. Modern világunk elrémisztő valósága lassan láthatóvá válik: Lapos-világunk a transzcendencia elutasításával éri el azt, hogy újratermeli önmagát azok tudatában, akiket elpusztít, önmagát és a követőit falja fel.

⁵¹ Szerintem ez nem azt jelenti, hogy erre nincs szükség, hanem hogy másod- (vagy sokad-) rendű az egyéni belső fejlődéshez képest.

18. Fejezet: Isten kicsomagol

Három fő témát tekintünk át az utolsó részben: spirituális élményeink értelmezését, a környezeti etikát és a világ további fejlődését.

Manapság egyre több ember él meg bepillantásokat a magasabb állapotokba, főleg az öko-noetikus szelf szintjére. Mégis sokan nem értelmezik jól az élményeiket, intuitív belátásaikat, mert a társadalmunkban él, így kénytelen-kelletlen a deszcendens háló szemszögéből próbálja értelmezi az átélteket, ami erőteljes disszociációt jelent a szelf, a kultúra és a természet között. A spirituális élmények értelmezéséből sokszor igen boldogtalan dolgok jönnek ki. A kozmikus tudatosság vagy a mindent magába foglaló egység megtapasztalása után azt gondolhatjuk, hogy a magasabb szelfünkkel találkoztunk, és ezért minden problémánk magától meg fog oldódni. Ezért aztán elhanyagoljuk a kultúránkat, szociális viselkedésünket, ami nélkül azonban a transzformáció megvalósíthatatlan. Egy nárcisztikus állapotba ragadunk bele, pl. ezt gondolhatjuk: "én már készen vagyok, elvonulok, a világ majd megoldja a bajait, ahogy akarja, szevasztok". Ez egy óriási csapda. Másik csapda, amikor csak a természettel magyarázunk. A világegység megtapasztalása után a modern szemlélet hálójába akadva figyelmen kívül hagyjuk a szubjektív és interszjektív valóságot, ami egyáltalán lehetővé tette a fejlődésünkben ezt az élményt, és úgy gondoljuk, hogy az egység a többi emberre nem vonatkozik csak a természetre, a hegyre, az óceánra, amivel átéltük az élményt. Ekkor ilyeneket gondolhatunk: "ha mindannyian egyé válnánk Gaiával, a természettel, a környezettel, akkor minden bajunk megoldódna". Elkezdjük mindenkinek hangoztatni ezt, térképeket rajzolunk, hogy ezt bebizonyítsuk, és elvárjuk, hogy egyetértsenek velünk. A belső tudatfejlődésről elfeledkezünk, ami az előfeltétele annak, hogy a rendszergondolkodás valakiben kialakuljon. Ez a "Spinoza-csapda": ha azt mantrázzuk, hogy egy közös nagy rendszer tagjai vagyunk, akkor azzá is válunk.

Ilyen és ehhez hasonló dolgok történnek, ha a tiszta intuíciónkat egyoldalúan csak a kedvenc kvadránsunkból értelmezzük. Márpedig a mélységeket interpretálni kell, és a mélységek megszületésének, továbbfejlődésének az előfeltétele a helyes értelmezés. E nélkül nem tudunk továbbmenni. A Szellem méltóságteljes, körültekintő értelmezése facilitálja a fejlődést. Ha helyénvalóan, precízen és választékosan csomagoljuk ki és értelmezzük az intuíciót, akkor felkészülünk a további belátásokra. A gyenge, sekélyes, fragmentált, egyoldalú értelmezéseinkkel kisiklatjuk a spirituális fejlődésünket, mivel a Szellem egyes aspektusait figyelmen kívül hagyjuk, vagy túlhangsúlyozzuk, így szabotáljuk a Szellem teljes kifejeződését.

A bal-felső eltúlzása: a szupermen-szelf

Az ego egyoldalú értelmezésének a következők a kulcsszavai: magasabb szelf, archetipikus pszichológia, vipassana, belső tanú, gnoszticizmus, univerzális elme, tiszta tudatosság, enneagram minták és más hasonló bal felső kifejezések. Amit neglegál: kulturális és szociális munka, szolgálat, a közösség típusa, amelyben él, technológiai, infrastrukturális aspektusai a Szellemnek. Az is lehet, hogy ezeket is bevonjuk az értelmezésbe, csak éppen másodrendűnek tartjuk ezek fontosságát – ez is csapda. Notóriusan immunisak vagyunk a szociális vonatkozásokra.

A bal-felső sarokba ragadva úgy véljük, akármi is történik a másikkal, az a saját választásának a következménye. Minden bennünk és körülöttünk történt dologért csak a magasabb szelf a felelős. Ez az egonk omnipotens, csak-szelf fantáziája, amivel elnyomjuk a gazdag kulturális

és szociális kommunikációs hálót magunk körül, mely ugyanolyan fontos lenne, hisz az is a Szellem manifesztációja. Ha már megtaláltuk a magasabb szelfünket, úgy gondolhatjuk, hogy minden más meg fogja oldani a saját problémáját, vigyáz önmagára, úgyhogy kiszállhatunk a "buliból" és magára hagyhatjuk a világot. A magasabb szelftel való kapcsolatba lépés nem jelenti a problémáink végét, sőt! Egy óriási nagy és nehéz új munka kezdetét jelenti ez számunkra, amelyet mind a négy kvadránsban el kell végeznünk. A szuperman-szelf szemléletében azt gondoljuk, hogy mi teremtjük a saját valóságunkat. Ez nem így van, a pszichotikusok teremtik a saját valóságukat. A tisztán spirituális szelf az, amely a saját valóságát manifesztálja. Van erre egy régi hindu történet a védikus hagyományból.

Egy ember elmegy egy megvilágosodott bölcshez, és megkérdezi tőle, mi az élet értelme. A bölcs a védikus tudás rövid összefoglalásaként elmondja neki, hogy az egész világ nem más, mint a felsőbbrendű Brahman vagy Isten és a tapasztaló tudatosságunk, amely tanúként van jelen egyenlő Brahmannel. A valódi szelf felsőbb identitás, Isten. Mivel minden Brahman, és mivel a magasabb szelf egy Brahmannel, ezért a magasabb szelfünk teremt mindent. Eddig ez nem különbözik a new ages dolgoktól. A tanítvány elégedetten távozik, és úgy érzi, meggyőződött arról, hogy az élet végső értelme az, hogy a saját mélyebb szelfje teremt a realitást. Hazafelé menve úgy dönt az úton, hogy leteszteli nagyszerű felismerését. Jön szembe egy elefánt és a hajcsára, a tanítvány pedig kiáll az út közepére azon meggyőződésében, hogy ha ő Isten, akkor az elefánt nem fog ártani neki. Az elefánthajcsár egyfolytában csak kiabál "Félre, félre!". Hőünk rendíthetetlen, és nem mozdul, majd az elefánt ledőzerolja. Miután összeszedte magát, visszavánszorog a bölcshez, és panaszosan kérdezi, hogy ha Brahman, Isten a mindenség, és a szelfje egy Istennel, akkor miért ütötte el az elefánt? A bölcs a következőt válaszolja: Ó igen, valóban minden Isten. Ha így van, akkor miért nem figyeltél oda, mikor Isten azt mondta neked, hogy "Félre, félre!"?

Ebben a tanmesében is azt látjuk, hogy a tanítvány az egészet csak az én-kvadránsból értelmezte, csak ő és a benne megszülető gondolatok, tervek, vágyak az Isten, és ami körülötte van, a kulturális és szociális környezete mellékes, másodlagos, nem-Isten – pl. az elefánt és a hajcsár, akit nem tekintett valóságosnak, fontosnak. Ha figyelmen kívül hagyjuk ezeket, valamilyen formában előbb-utóbb rajtunk is átmegy egy elefánt – megbetegszünk, elveszítjük a munkánkat vagy fontos kapcsolatainkat. Ekkor büntudatot fogunk átélni, hogy kapcsolatba léptünk a valódi szelfünkkel, és úgy gondoljuk, hogy ezért az elefántnak nem kellett volna átmenni rajtunk. Mindez azt mutatja, hogy nem hallgattunk Istenre minden kvadránsban. Ha így gondolkodunk, akkor minél inkább kapcsolatba kerülünk a magasabb szelfünkkel, annál kevésbé törődünk a világgal. Szupermen sose aggódik. Úgy véljük, ha még érdekelnek a világ bajai, kínjai, szenvedései, problémái, szegénysége, fájdalmai, gyötrelmi, akkor még nem találtuk meg az igazi szelfünket. Valójában az egészséges fejlődésben pont az ellenkezője történik – minél inkább meglegyünk a magasabb szelfünket, annál inkább aggódunk a világért, ami az igazi szelfünk részévé válik. Az üresség forma, Brahman a világ. Végérvényesen elérni Brahmant nem más, mint végérvényesen elköteleződni a világnak és annak szolgálatába állni. Ha valóban a magasabb szelfünkkel kerülünk kapcsolatba, akkor az első, amit tenni akarunk az nem az elefánt figyelmen kívül hagyása, hanem az etetése, gondozása. Minden holont az isteni manifesztációjaként kezeled. Igaz, hogy a felsőbb identitással radikális Szabadságához jutunk el, de ez gyötrő, kínzó törődésvágyként, az együtt érző aktivitásként jelenik meg. A szabadság formája a szomorúság, hajthatatlan aggódás és törődés azok iránt, akik a felébredést

keresik. A bodhiszattva⁵² egész nap könnyezik, és könnyei áztatják a Kosmoszt minden irányban. Ha a Szellemet csak magunknak akarjuk megtartani, akkor ez nemcsak másokat fog bántani, hanem mélységesen sabotálni fogja a saját spirituális fejlődésünket. Folyton visszatérünk a saját tudatunkba, egészen addig, míg ki nem szárad ez a kút. Mindennek a vége az, hogy lebecsüljük a manifesztált világot, amiért az elvon bennünket a saját valós szelfünkkel való foglalkozástól. Ahhoz, hogy megvalósítsuk a mélyebb intuícióinkat, a kibontatlan lehetőségeinket az én, a mi és az az területein, nemcsak azt kell szem előtt tartani, hogy hogyan valósítsuk meg a magasabb szelfünket, hanem hogy hogyan ölel körül minket a kultúra, mindez hogyan ágyazódik a természetbe és mindez hogyan illeszkedik a szociális intézményekbe.

A szelf realizált, körülölelt, beágyazott és illeszkedett. Minél teljesebben, hitelesebben, méltóságtelegebben, választékosabban tudom értelmezni a szellemi intuícióimat, belátásaimat, és minél többoldalúan tudom ezt megtenni, annál jobban tud hozzánk szólni a Szellem. Minél több csatornája áll nyitva a kommunikációnak, annál könnyebben jutunk el a belső összeköttetésen át az egységig, majd onnan a legfelsőbb identitásig.

A jobb-alsó túlzása: A csodálatos Nagy-Háló, a Gaia-szelf

A másik egyoldalú értelmezés az ökológiai megközelítés. Sok nagyszerű megtapasztalást átélt lélek csupán az "az" terminusaiban bontja ki, értelmezi élményét, figyelmen kívül hagyja az én és a mi területeit, és a jobb alsó kvadránsnak megfelelően a Szellemet egy olyan hálónak vagy egyesített térnek tekinti, amelyben a jelenségek egymást kölcsönösen meghatározzák, és egymástól kölcsönösen függenek. Ez egy velejéig monologikus értelmezés, amely a Laposvilágnézet keretein belül marad. Ugyanaz ez, mint amit Spinoza képviselt, vagy a romantikus lázadás. Elveti az atomisztikus és mechanisztikus szemléletet, és fő feladatának annak kimutatását tekinti, hogy az univerzum egy nagy és holisztikus rendszer, amire óriási mennyiségű tudományos bizonyítékokat sorakoztat fel a fizika, biológia, rendszerelmélet stb. területeiről. Széles látókörű, kiterjedt érvelést alkalmaz, de mindez a monologikus tudós szemlélődése marad csupán. Nem veszi észre, hogy ha vesz egy adag atomisztikus szemléletű egot, és megtanítja nekik, hogy az univerzum holisztikus, akkor nem holisztikus látásmódú személyeket kap, hanem egy adag egot holisztikus fogalmakkal és elméletekkel teletömött fejjel. Ez a megközelítés nem érti a belső transzformációk egzakt természetét és szakaszait, amelyek nélkül nincs személyes fejlődés. Annyit beszélhetünk a mindenségről, amennyit csak akarunk, anélkül, hogy igazi változás történne. Hiába a sok bizonyíték, összefüggés, leírás és egyértelmű meglátás, nincs személyes változás, mert a bizonyíték, az új paradigma, a nagy rendszer monologikus, "az" nyelven van leírva, és amikor belső, lelki dolgokról beszél, akkor azonnal átalakítja azokat empirikusan megfigyelhető jelenségekké, amik illeszkednek az elméletbe, a rendszerbe, az összefüggésekbe, a Nagy Hálóba. Így rögtön el is távolítja magát mindezen dolgok átélésétől, és utána csodálkozik, ha boldogtalannak és kiürültnek érzi a lelkét. Nem érti, miért nem boldog még mindig, amikor a fejében már mindent tud.⁵³ A lelki

⁵² Így nevezik a buddhizmusban a már csak a mások java megvalósításáért dolgozó embert vagy segítő szellemi lényt, aki fogadalmat tett, hogy addig nem tér a Nirvánába, míg át nem segített oda minden lényt.

⁵³ Mivel Magyarország is az euro-amerikai deszcendens háló része, itt sem volt hagyománya a belső útnak, a lelki, szellemi fejlődés gyakorlatának (legfeljebb deszcendens ideológiák keretén belül – pl. KISZ), főleg a "beszélünk róla, és szakértjük" hozzáállás terjedt el. A mai spirituális keresés ezért itthon főleg így néz ki: előadásokra járunk, vadul jegyzetelünk, könyveket olvasunk, megbeszéljük a barátainkkal a dolgokat, lokális mesterek szavain csüngünk, és azokat ismételtetjük, boldogítva ezzel a "megtérítendő" ismerőseinket, gurutól guruig rohanunk. Azt hisszük, ha megtanuljuk a bölcsességeket, a fejünkben tartjuk, és másoknak hangoztatjuk

dolgok is az empirikus természet világában és a funkcionális illeszkedés területén, a monologikus rendszerek adott pontján, az érzékelhető felszínen helyezkednek el ebből a szemszögből. A mély ökológia nem a mélységek, hanem a kiterjedés ökológiája, az ökofeminizmus pedig nem más, mint ökológiai szentimentalizmus. Ezek mind meggátolják a további spirituális fejlődést, és ha a kozmikus tudatosság élményét csak így értelmezzük, akkor szabotáljuk a Szellem kifejeződését a többi kvadránsban. A kedvenc lapos-világi Gaia térképünkkel nyomulunk, és azt vesszük észre, hogy az emberek mindezt beveszik és bekebelezik, de igazából senki és semmi nem változik tőle, csak ideológiákkal telnek meg az emberek, és amit ennek hatására tesznek, az nem más, mint hogy másokat is megpróbálnak rávenni a térkép megvételére.⁵⁴ A Lapos-világ nyomuló ügynökeivé válunk, mindenkit meg akarunk győzni, hogy gondolkozzon úgy, mint mi, és akkor megmentjük a világot. Függetlenül válunk a saját új látásmódunktól, és lehangolt, boldogtalan, beesett szemű lelkekké válunk. Azt mondjuk, azért vagyunk ilyen nyomottak és szomorúak, mert aggaszt a Gaia sorsa (óriási önbecsapás ez), és nem vesszük észre, hogy mi magunk erősen hozzájárulunk a pusztulásához. Így a nyugati tradícióban a katasztrófa romantikus oldalán dolgozunk, ami bio- és egocentrikus szemléletű regresszióhoz, továbbá az eltörzsiesedéshez, az ősohöz való visszatéréshez és más hasonló ötletekhez vezet mind egyéni és kollektív szinten. Az egyén mélységesen regresszív és prekonvencionális, testhez kötött nárcisztikus személyé válik. *A valódi ökológiai bölcsesség nem arról szól, hogy hogyan éljünk harmóniában a természettel, hanem arról, hogy hogyan segítsük eljutni az embereket abba tudatállapotba, amelyből automatikusan egyetértenek abban, hogy hogyan éljenek együtt a természettel.*

Azaz hogyan integráljuk a Nagy Hármát, és hogyan segítsük az emberek belső fejlődését az ökológiai szemlélet kialakulásáig.⁵⁵ A globális törődés magasztos állapota, melyben vágyat érzünk, hogy az egész Földdel törődjünk és érezzük a személyes felelősség súlyát, az egy hosszú és sok munkát igénylő fáradtságos belső fejlődési folyamat, növekedés és transzformáció terméke. A tipikus ökológiai megközelítést vallók mégis ellene vannak minden ilyen dolognak, a transzcendencia konkrét ösvényének, amely elvezetne ahhoz az állapothoz, amit az ökológusok ideológiai szinten vallanak.⁵⁶ Mindezzel másokat is megakadályoznak, hogy magasabb állapotokba jussanak. Bár az ilyen nézetet képviselő és a kulturális sokszínűséget valló emberek az egyéni különbségek mellett voksolnak. Ezt viszont

azokat, az megváltást hoz. Már mindent átlátunk, és tudunk, de még mindig összerándul a gyomrunk, ha nem kedvelt ismerősünk tűnik fel. Igaz, ezt már kevésbé vesszük észre, hisz az újonnan felszívott vastag elméleti tudásunkat nagyszerűen beépítettük az elméleti tudás-hangtompítójába. Azt gondoljuk, hogy a "mindenkit szeretek" mosoly és az okosságok belső ismételtetésével elérjük a megvilágosodást. Mindez egy stratégia az önmagunkkal való konfrontáció elkerülésére, a már ismert és biztonságos tócsában való megragadásra. Ahhoz azonban, hogy valóban belső fejlődés történjen, abba kell hagyni a "spirituális" rohangálást és okoskodást, le kell ülnünk és megismerni magunkat, meditálnunk kell, önismereti munkát végezni, gyakorolni. A könyvek, előadások stb. arra hivatottak, hogy a gyakorlathoz helyes utat mutassanak és elősegítsék az élmények jó értelmezését, a helyes gondolkodási beállítódást. Gondoljuk át, hogy van mindez a saját esetünkben!

⁵⁴ Ez a "térítés" szindróma.

⁵⁵ Az emberek segítése az ökológiai szemlélet kialakulásáig tehát nem az, hogy elmondjuk nekik az ezekről szóló tudást, hanem olyan állapotba segítjük őket, ahol intuitíve, önmaguk élik át a többiekkel és a természettel való kölcsönös függésüket. Ebből már spontán módon fakad az a tudás és törekvés, amit a könyvekben minderről leírtak.

⁵⁶ Lehet, hogy környezetvédők vagyunk, és Gaiára hivatkozunk. Az erdőben sétálva rágyújtánánk, de megfogadtuk, hogy nem tesszük, hogy ne szennyezzük a környezetet. Az ideológiánk miatt leküzdjük a vágyunkat, és az egész kirándulás alatt ettől az ön-küzdelemtől szenvedünk. Ha belső fejlődésünkben jutottunk el az ökológiai szemlélethez, akkor lehet, hogy egyszerűen kiesik a cigi a szánkából, és többé fel sem merül a vágya. Ekkor nem önküzdés miatt nem fogunk dohányozni, hanem az élményünk során a szívünkben megszületett belátás miatt kioltódik a cigivel való saját kielégülésünk iránti vágy, motiváció, és mássá alakul – a másokért törődés és tenni akarás energiájává.

csak az univerzális pluralizmus lelkületével lehet hitelesen képviselni, ami a posztkonvencionális erkölcs szintjén jelenik meg (az ötödik és a magasabb szintek). Ahelyett, hogy az embereknek segítenénk odafejlődni, arra bátorítjuk őket, hogy tegyenek úgy, mintha máris ott lennének, ami etnocentrikus, imperialista háborúhoz és rémálmokhoz vezet. A felvilágosodás korában megjelenő, világcentrikus elveket ígérő felszabadító mozgalmak eltűnnek. A transzcendenciát és az evolúciót gátolják, a növekedés és a fejlődés hiányát okozzák. A kulturális regressziót és a nárcizmus politikáját képviselve vidáman jelentjük ki, hogy megszabadultunk a modernitás szörnyű elnyomásától.

Túl a posztmodern elmén

Talán úgy tűnik, hogy a modernitás egy nagy, antivallásos mozgalom, mely a racionális elvilágiasodása során megölte Istent. Valójában a mitikus Istent ölte meg, de magát a Szellemet nem. A Szellem evolúciójának egyik szintjén valóban a mitikus Isten volt a középpontban, azonban a következő fokon már az ész és a ráció. Ennek nagyobb a mélysége, mint a mitológikus szintnek, a Szellem előrehaladottabb állapotát jelenti. A modernitás mozgalma a Szellem szabadságának eggyel mélyebb, kollektív kifejeződése. Aki a mitikus Istennek korát szeretné visszahozni, annak érdemes belegondolnia, hogy az Istenek nevében hány gyermek, nő és rabszolga hátán épültek fel a nagy piramisok. A Szellem a racionalitás korában mint szabadság és politikai demokrácia jelent meg. Aki a múltat dicsőíti, és a jelent marasztalja, az nem tesz mást, mint hogy az elmúlt kultúrák legfigyelemreméltóbb aspektusait emeli ki és tekinti átlagosnak, hétköznapiak. Egyszerűen összehasonlítja a múlt kultúrák legelőrehaladottabb aspektusait a mai korunk legnagyobb problémáival, minden egyebet figyelmen kívül hagyva. Azt hangoztatja, hogy meg kell haladnunk a posztmodernitást, és ezt a nagy bölcséleti tradíciók újraélesztésével akarja elérni. A cél valóban a posztmodern elme meghaladása, de mielőtt meghaladjuk, el is kell még érnünk azt. A nagy vallási tradíciók szemében a posztmodernitás a nagy Sátán. Ez azt mutatja, hogy nem értik, nem látják át a posztmodernitást igazán. Nem látják át a mögöttes folyamatokat, a szellemi fejlődés szintjeit és a hozzákapcsolódó evolúciós szinteket. Az emberi evolúció minden nagy korszakának van egy központi gondolata, egy idea, amely uralja az adott korszakot, és összegzi azt. Ezek az ideák nagyon egyszerűek és általánosak, így egy mondatban összefoglalhatók. Az állattartó társadalmakban: *a Szellem összefonódik a Föld testével*. Mindannyian a földből vagyunk, a Szellem a földből áramlik. Az agrártársadalmakban: *a Szellemnek áldozat kell*. Minden agrártársadalomban az áldozat van a központban. Nemcsak annak a rituális formája, hanem az az elképzelés, hogy a Szellemmel akkor tudunk kapcsolatba lépni, ha speciális lépéseket teszünk. A közönséges emberiségnek fel kell áldoznia magát, hogy a Szellem tisztán megjelenjen. Az agrártársadalmak tehát lépéseket tesznek egy teljesen megvalósított spiritualitás felé. A mitikus agrártársadalmak központi témája a Nagy Láncolat, a hierarchia, amibe mindenki beletartozik, és amely alól nem lehet kibújni. A feudalizmus hierarchikus társadalomszerkezete ez. Modernitás: *a Nagy Lánc evolúciós időben bontakozik ki*. Központi gondolata az evolúció, a Szellemet kihagyja az egyenletből – ez a modernitás szerencsétlensége. Az evolúció az a központi hiedelem, gondolat, eszme, amely minden egyes modern mozgalom mögött áll, ez a modernitás istene. Ez egy nagyon is spirituális felismerés, mert akár tudatosan, akár nem, kimutatja, hogy az emberek teljesen összekapcsolódtak a Kozmosszal, és rámutat arra az ijesztő tényre, amely elől egyikünk sem menekülhet: kórépítői vagyunk a saját evolúciónknak, történelmünknek, világunknak. Nem pusztán egy külső erő teremt körülöttünk a világot, amelynek passzív elszenvetői, áldozatai vagyunk, nem is a tudomány által megismert természet erőinek vagyunk kivette, hanem mi magunk

veszünk részt kéz a kézben a természettel az evolúcióban és a teremtésben. Ez vezetett a posztmodernitáshoz, melynek a központi gondolata, hogy a világ nem egy előre kialakított dolog, semmi sincs előre megszabva. A világ nemcsak percepció, hanem értelmezés. A saját értelmezéseinktől, hiedelmeinktől függ, milyen világot alkotunk magunk köré. Ez sok posztmodern személyt aperspektivikus (perspektíva nélküli) örületbe kergetett. A posztmodern szemlélet az embert egy plasztikus Kozmosz részének tekinti, amely maga is részt vesz annak az alakításában. A mai antimodern vallásos gondolkodók a korábbi korszakokat akarják visszahozni, és szégyenkezve fordítják el tekintetüket a modernitás pozitív oldaláról, vívmányairól és csodáiról. Az elmúlt korszakok csodáinak dalait éneklük. A legtöbb tradicionális vallási gondolkodó úgy véli, hogy az evolúció egyszerűen meg sem történt és nincs is. A felszabadulási mozgalmakban, a modern vívmányokban nem a Szellem újabb és újabb kifejeződéseit látják, hisz minderről nem hallanak az általuk dicsőített mitikus agrár vallásokban. Az agrár korszak elméjének⁵⁷ minden előre meghatározott, statikus, fejlődést nélkülöző, megváltoztathatatlan és örök. Olyan statikus világ ez, amelyet egy csodálatos mitikus Isten teremtett, és amibe nincs sok beleszólásunk.⁵⁸ Az üdvözülést akkor nyerjük el, ha maradéktalanul elfogadjuk az előre meghatározott eszméket és formákat, szabályokat, melyeket csak egy-egy kiváltságos próféta kapott meg Istentől (a tökéletes robot a tökéletesen üdvözült). Ezek megkérdőjelezhetetlenek (ha valaki megpróbálja, máglyán végzi), így nincs esély arra, hogy az eleve adott rendet megváltoztassák. Ha valaki megteszi, örök bűn és kárhozat lesz a jutalma. Az mindegy, hogy ez a világnézet etnocentrikus, rácista, szexista, patriarchális, militáns, ezt kell csinálni, hisz ezt nyilatkozta ki anno a dicsőséges Isten. A vallási hatóságok e feudális, agrár világnézetet képviselik ma is, ezért természetes, hogy a szemükben a modernitás bűn és sátáni, így az evolúció is. Az evolúció ugyanis aláássa a saját autoritásukat. A modern és a posztmodern világot a statikus, előre meghatározott, változtathatatlan agrár világnézet óvja meg attól, hogy előrehaladjon a Szellem megismerésében és kibontakozásában. A modernitás sose fogja elfogadni a Szellemet, ha az csupán mitikus, agrár formájában mutatkozik meg. Korunk iróniája, hogy ezek a nagy spirituális autoritások az egyik legnagyobb erői a Szellem eltorzításának és szabotálásának. Nem posztmodern szinten vagy azon túl vannak, hanem jóval a modern előtt.

A világ átalakulása és a kulturális szakadék

Jelenleg egy nagy átalakulás, transzformáció zajlik világunkban. Ezt éljük, látható módon gyakorlatilag a második világháború óta, amióta a racionális ipari társadalom átmenetben van egy víziológikán működő információs társadalomba. Az emberiség fejlődését szokásos módon három részre szokták osztani – agrár, ipari és információs társadalom. E harmadik hullámnak ma van a kezdete, és az átalakulást (legalább) a négy kvadránsban egyszerre kell figyelembe vennünk. Az átalakulást egy új technológiai és gazdasági bázis (az információs) hajtja, ami magával hozza az új szelfmodellt és világnézetet is. Új szándékbeli és viselkedésbeli mintákat hoz, mely egy új kulturális világtérbe fog illeszkedni. Ez magával hozza új szociális intézmények kialakulását mint mindezek levert cövekeit. Az egyes egyének lehet, hogy felérnek mindehhez, de lehet, hogy nem. A szociokulturális térben lassan kialakul egy új gravitációs központ, a víziológia és e köré épül ki az információs társadalom. Egy

⁵⁷ Vegyük észre, hogy a keresztény egyházak is ide tartoznak.

⁵⁸ Ugyanez a szemlélet alakította ki a bürokrácia intézményét – katonaság, oktatási rendszer, iskolák, egyetemek, állami bürokrácia. A mai napig ezek megvannak, csak ma kezdenek szélesebb körben elterjedni az egyéni szabadságot és kreativitást támogató oktatási rendszerek. Ez is azt példázza, hogy a szociális rendszer (bal alsó kvadráns) mennyire meghatározza a tudatállapotunkat.

egzisztenciális, aperspektivikus világnézet (bal alsó kvadráns) alakul ki, amely a digitális információátvitel technológiai és gazdasági alapján nyugszik (jobb alsó). Mindez a kentaur-szef kialakulását hozza magával (bal felső), amely egyesíti az elmét és a testet, az anyagot és a szellemet, a fizioszférát, bioszférát és a nűszférát, hogy a viselkedése (jobb felső) funkcionálisan beleillesszékjen a szociokulturális világtérbe. Az információs korszak társadalmá van tehát kialakulóban, melyben a víziológiai tudat kerül előtérbe, melyről a világot egzisztenciális szemlélettel látjuk. Mindez azért alakulhat ki, mert megjelent a digitális információátvitel mint az egész technológiai bázisa. Ezek új gazdasági jelenségeket hoznak magukkal. Az eredmény egy olyan kultúra, olyan társadalom, amiben másképp kell viselkedni, mások a játékszabályok, és ez újfajta agyhasználatot, elmeműködést követel az elmétől. Integrálnia kell az érzéseit és a gondolatait, a testét és az elméjét, a jobb és a bal féltekét. Ha ezt az egyén nem tudja megtenni, akkor nem tud majd beilleszkedni a társadalomba. Az ilyen emberek közössége egy nagyon magas szintű rendszer. Ez a transzformáció felvet egy kritikus problémát: nagyon nagy új korlátok fognak megjelenni vele együtt. Minden újonnan megjelenő fejlődési szint új követelményeket és kötelezettségeket eredményez, amely újabb felelősséget jelent. A magasabbnak integrálnia kell az előző szintet, amelyet transzcendált, és minél nagyobb a mélység, annál kontúrosabbak és nagyobbak a benne foglalt részekre vonatkozó határok, korlátok. Ez problémát jelent, de ez még nem minden. Az igazi rémálom az, hogy ha egy új és magasabb létmód elérhető, akkor minden egyes embernek el kell kezdeni a felfejlődését, és ezt mindenkinek az egyes szinten kell kezdenie, és végig kell mennie az alacsonyabb szinteken, hogy az újabb, magasabb állapotokba eljusson. Egy olyan embernek, aki a nagyszerű és dicsőséges víziológia kultúrába születik, ugyanúgy végig kell mennie a bio-, ego- és szociocentrikus fázisokon, amíg el nem jut a posztkonvencionális, világcentrikus szintre. Minél több vertikális szint van jelen egy kultúrában, annál több dolog mehet rosszul. Minél nagyobb egy társadalom mélysége, annál több szabály korlátozza a lakosok nevelését és fejlődési lehetőségeit. A szintek gyarapodásával nő a patológia, a hazudás lehetősége is. A mi társadalmunkban olyan betegségek is megjelentek, amilyeneket az állattartók – szó szerint – el sem tudtak képzelni. Egy még ennél is nagyobb mélységű társadalomnak mind a négy kvadránsban még több problémalehetőséggel kell számolnia. Manapság ez az egyik központi téma, amelyről az emberek beszélnek. A legtöbben extatikus izgalommal állnak mindehhez, szerintem azonban egy következő nagy rémálom felé közeledünk. Nézzük meg most mindezt konkrétan! A nyugati társadalom egyik fő problémája a gazdagok és a szegények közötti szakadék. Ez igaz, de ez csak a Lapos-világ nézőpontjából, amely csak a pénz mennyiségét tartja szem előtt. Van azonban e két társadalmi réteg között egy olyan szakadék, amely ennél sokkal aggasztóbb. Ez egy belső, kulturális szakadék a tudatosságban, annak fejlettségi szintjében és mélységben. Ahogy a világcentrikus (vagy még magasabb) szintekre jutó emberek száma egyre nő, a társadalom új szintre emelkedő gravitációs központjára is egyre több súly nehezedik, mely egy óriási korlát lesz a társadalom alacsonyabb rétegei számára. Nagyon nehéz lesz vertikálisan integrálni az egyéni fejlődésükben különböző szinteken levő egyéneket. Minél mélyebb egy kultúra gravitációs középpontja, annál nagyobb az igény az emberek vertikális integrálására, de egyben annál nehezebb is. Amikor már nagyon sok magas lelki szintű ember van jelen, és a környezetében nagyon sok a buta, önmagáról semmit nem tudó, öntudatlan ember, akkor nagyon nagyra nő a közöttük levő szakadék, és megnehezedik az emberek kulturális és társadalmi rendszerbe szervezése, integrálása. A gazdasági szakadék mellett mindez sokkal égetőbb és kritikusabb probléma, habár alig látható (mivel a Lapos-világnak nincsen rá szeme – ford.). Ez tehát a kultúra és az értékek, a mélység szakadéka. A magasabb és új gravitációs központ az emberek számára lehetővé teszi, de nem garantálja a magasabb/mélyebb struktúrák elérését. Azáltal, hogy a gravitációs középpontra egyre több súly nehezedik, egyre több egyént

lehet hátrahagyni, aki marginalizálódhat, kisodródhat, így elvesztheti a saját intrinzik kibontakozásának lehetőségét. A lehető legdurvább módon, a saját tudatában, értékeiben és értékében károsul – ez egy kultúrában feszültséget teremt, ami pusztító is lehet. Ennek a kulturális vagy tudati szakadéknak a lehetősége egyre nő minden egyes átalakuláskor. Hasonlít ez az egyéni patológiához, ahol az egyén fő szelfje, gravitációs középpontja és a lehasadt szelfek közötti szakadék növekszik, és vele együtt a belső "polgárháború" is. Ezért volt az állattartó társadalmaknak kevesebb problémájuk. A fő probléma még csak nem is a kulturális szakadék ténye, hanem az, hogy nem szabad erre gondolnunk és erről beszélnünk. A Lapos-világ társadalmában nem vesszük észre a tudatosság szintjeit, fokozatait és mélységeit, mindenki egyformán nullamélységű. Ha értékbeli különbségekről kezdenénk beszélni, akkor ráadásul ránk sütnék a faji megkülönböztetés vádját, és kikiáltanának "ilyen- és olyan-istának". Mivel a világnézetünkben nem látjuk a mélységeket, nem is vehetjük észre a kulturális, tudati szakadékokat, ami a "civilizált" országokban csak egyre inkább nőni fog, amíg azt meg nem látjuk. Mielőtt el akarunk kezdeni a megoldáson dolgozni, előbb észre kell vennünk a problémát. A Lapos-világ minden szinten e felismerés ellen dolgozik. A problémát tehát egyszerűen nem lehet megoldani a Lapos-világ keretein belül, mert ez úgy, ahogy van, tagadja magát a gyógyírt, a belső mélységek és átalakulás létezését.

Mindez hogyan kapcsolódik a már elindult világmértékű változás akadozó folyamatához? Emlékezzünk az alapállításunkra, miszerint a modernitás elkülönítette a Nagy Hármast, melyeknek most a posztmodern korban meg kell találnunk az integrálási módját. Láttuk azt is, hogy a Lapos-világban nem lehet ezt megtenni. Legjobb esetben disszociáltan maradnak, legrosszabb esetben összeomlik az egész. A történelem során még sosem volt olyan társadalmi és kulturális rendszer, amely ilyen masszív belső disszociációval nézett volna a jövő elé. Ha ezek a kaotikus tendenciák és feszültségek nem vezetnek ön-meghaladáshoz, akkor a szelf feloldódását, szétesését eredményezik. Az evolúció minden szintváltáskor ezt a két hátborzongató alternatívát kínálja föl. Nagyon közel állunk ahhoz, hogy a kulturális szakadék a kultúra összeomlásához vezessen, mert a Lapos-világ nem ismeri el a problémát, így nem is kezeli azt elsőrendűen fontosként.

Környezeti etika

A környezetünk természeti krízise és a kulturális szakadék egy és ugyanaz a probléma. Az ego- és etnocentrikus szemléletű emberek nem sokat tudnak a globális dolgokkal törődni, hacsak nem ijesztjük meg őket azzal, hogy rámutatunk, hogy hogyan hat mindez a saját nárcisztikus létezésükre. Ekkor azonban épp a saját szelf-centrikus túlélési motivációjukat erősítjük meg újra, ami a probléma oka. Az ökológiai ijesztgetés és az öko-fasizmus taktikái tehát csak a problémát erősítik.⁵⁹ A környezeti krízis aktuális mélységét és dimenzióit csak az képes felismerni, aki globális, posztkonvencionális és világcentrikus szintre jutott a belső fejlődésében, mert aki még nem, az mindezt úgy látja, mint a saját életére (és rokonaira, barátaira, tehát kedvenc embereire) vonatkozó veszélyt. Mi lesz velem, a családommal, hogyan biztosíthatnám a gyerekeim túlélését stb. Amíg így gondolkodunk, addig nem vesszük észre a közös dolgokat – elméletileg igen, de gyakorlatilag nem látjuk át.⁶⁰ Ami még fontosabb, hogy aki nem éri el a globális állapotot, az nincs birtokában annak a morális

⁵⁹ Ha a közelgő katasztrófák lehetőségeire gondolunk, legtöbbünknek automatikusan az kezd a fejében járni, hogy hogyan élje mindezt túl, milyen óvintézkedéseket tegyen, ha lesznek, kik lesznek a túlélők, és ez ügyben hova pártoljon stb. A saját ego- és etnocentrizmusunkat erősítjük meg ezzel is.

⁶⁰ Valószínűleg sokan hisszük azt, hogy globálisan gondolkodunk, de a tetteink megmutatják, hogy mire fordítjuk az energiáinkat igazából.

hozzállásnak és az ebből fakadó állhatatos kitartásnak, mely szükséges ahhoz, hogy egy globális alapról haladjunk tovább.⁶¹ Egy kritikus számú embernek el kell érnie a posztkonvencionális és világcentrikus szintet, hogy kialakuljon a Földön egy a globális ügyekkel törődő szignifikáns erő, mag. Más szavakkal az ökológiai krízist csak akkor tudjuk hatékonyan kezelni, ha a kulturális szakadékot is hatékonyan tudjuk kezelni. Ez ugyanazon érdem két oldala. Ha túllépnénk a lapos-világi szemléletünkön, akkor spontán módon, önmagától jelenne meg egy újfajta környezeti etika.

A környezeti etika általában az *axológiára*, értékelméletre (az értékek elmélete) koncentrálnak. Ennek négy iskolája van.

1. A *biológiai egyenlőség* (bioekvalitás) iskolája szerint minden élő holonnak egyenlő értéke van – a kukac és a giliszta egyenértékű az emberszabású majmokkal. Ez a mély ökológiára hasonlít.
2. Bevezeti az *állati jogok* fogalmát. Bizonyos állatoknak érzelmeik is vannak, bármilyen kezdetlegesek is, és ezek értéke magasabb. Ez az iskola megpróbál egy evolúciós vonalat kirajzolni az érzelemmel nem rendelkező (pl. rovarok) és érzelmekkel rendelkező állatok között. Az előbbiekért nem kell annyira aggódnunk, mint az utóbbiakért.
3. A *hierarchikus iskola* az evolúciót holarchikus kibontakozásnak tekinti, melyben az újabb és komplexebb entitások egyre több jogot birtokolnak. Az emberi lények a legfejlettebbek, ezért a legtöbb joguk nekik van, de más élőlények kizsákmányolására nincs joguk.
4. A *gondoskodási megközelítés* iskolája szerint egyedül nekünk embereknek vannak jogaink, melyek között az egyik legalapvetőbb, hogy a Földdel és annak élő lakosaival törődnünk kell. Gondoznunk és segítenünk kell őket az ügyeik intézésében. Nem egy vallási gondolkodó is osztja ezt a nézetet.

Nem célom, hogy a különféle iskolákat szintetizáljam, bár a végén ezek egységét fogjuk látni. Az én megközelítésében háromféle érték egyesül: az *alapérték*, az *intrinzik érték* és az *extrinzik érték*. Az alapérték azt jelenti, hogy minden holonnak egyformán van egy alapvető értéke, mivel mind az Ürességnek vagy a Szellemnek a manifesztációja. Legyen az egy atom, egy növény, egy giliszta vagy az ember, e szempontból nincs közöttük alacsonyabb vagy magasabb, jobb vagy rosszabb. Minden holon, a világ minden jelensége önmagában tökéletes kifejeződése a Szellemnek. Minden holon ugyanakkor egyszerre egy relatív rész/egész. Van egy relatív egészlegessége és egy relatív rész-sége. Mint egésznek minden holonnak van egy önmagában való, belülről fakadó, intrinzik értéke. A saját egyedi teljessége és mélysége ez. A nagyobb mélységgel és teljességgel rendelkező holonoknak nagyobb az intrinzik értéke. Minél nagyobb mélységben bontakozik ki a Kozmosz, annál nagyobb az intrinzik értéke, így az emberszabásúnak nagyobb az intrinzik értéke, mint egy sejtnek. Minden holonnak mint résznek értéke van a többiek számára is. Része egy egésznek, így tőle függ egy sereg más holon létezése, így minden holonnak mint résznek extrinzik, instrumentális értéke is van mások számára. Minél inkább része valaminek, annál több extrinzik értéke van. Egy atomnak több az extrinzik értéke, mint az emberszabásúnak vagy az embernek, ugyanis ha elpusztítjuk az összes emberszabásút, az nem sokban befolyásolja az univerzumot. Ha azonban az összes atomot pusztítjuk el, akkor a világon minden eltűnik a szubatomiális részeken kívül.

⁶¹ Érdeemes tesztelned, hol is állsz ebben a kérdésben, hogy mindez ne maradjon pusztán elmélet – ennél ugyanis sokkal nagyobb a tét. Tekintsd át a mai napod eseményeit! Mi vezérelte a cselekedeteidet? A saját és szeretteid anyagi javainak biztosítása, pénzszerzés, státusz megőrzése, vásárlás, kényelem, társasági szórakozás, "leeresztés", tv-zés stb., vagy pedig a globális felelősségérzet nyomasztó, sürgető, égető ereje hatott-e át egész nap, és ez ügyben tevékenykedtél-e? Hány olyan embert ismersz a környezetben, aki az utóbbi kategóriába tartozik?

Az alap, intrinzik és extrinzik érték összefügg a jogokkal és a felelősséggel. Sokan ezeket anélkül veszik egy kalap alá, hogy értenék, miért is elkülöníthetetlenek ezek. A holonnak mint egésznek jogai vannak, amelyek kifejezik a relatív autonómiáját. Ezen jogok leírják a saját létezéséhez szükséges feltételeket. Ha ezen jogokat nem kapja meg, akkor szétesik, pl. ha a növény nem kap vizet, akkor elpusztul. A jogok tehát egy holon életéhez szükséges intrinzik értékeknek a feltételeit fejezik ki, amivel fenntartja egészségét, működését, tevékenységét.

A holonoknak mint részeknek viszont felelősségük van, mégpedig az, hogy fenntartsák az egészet. A felelősség az egész fenntartásnak azon feltételeit jelentik, amelyekkel egy holonnak találkozni kell, és e célból eleget kell tenni. Ha nem teljesíti ezen kötelességeit, akkor nem felel meg az egészbe való funkcionális illeszkedésnek, ejteni fogják őt, vagy ő maga pusztítja el az egészet. A felelősség a holon létezésének, extrinzik értékeinek a feltételeit fejezi ki. Azon feltételeket, amelyek fenntartják a rész-ségét, beilleszkedését, kiterjedtségét. Nem arról van szó, hogy jó lenne vállalnia e felelősséget, hanem vállalni is *kell* őket, máskülönben nem tudja fenntartani a tagságát, a kulturális és funkcionális beilleszkedését. A hatóerő és a beilleszkedés, az intrinzik és extrinzik értékek, a jogok és a felelősség mind ikeraspektusai minden egyes holonnak. Mindez az egyre növekvő komplexitású és mélységű holarchiák egymásba ágyazódó rendszerét alkotja. Mivel nekünk, embereknek nagyobb a mélységünk, több a jogunk is, több feltételre van szükségünk az önfenntartásunkhoz. Egyben sokkal több felelősségünk van, és nemcsak a családunk és a társadalmunk felé, hanem az egész emberi társadalom felé, sőt minden olyan közösség felé, amely a mi részünk, szubholonunk. Összeköttetésben és kapcsolatban élünk a fizioszféra, a bioszféra és a núszféra holonjaival, és a relatív nagy jogunk abszolút megkívánja a relatíve nagyobb felelősséget is. Ha nem vállaljuk be ezt a felelősséget, akkor azokat a feltételeket hagyjuk figyelmen kívül, amelyek mellett a holanjaink és a szubholonjaink közösségben tudnak létezni. Ez a mi saját önelpusztításunkkal egyenlő. Hangsúlyoznom kell ismét, hogy nem arról van szó, hogy "jó lenne, szép lenne, nemes dolog lenne" az ilyen felelősséget vállalni. Nem. Ez a létezés feltétele,⁶² szükséges, muszáj, vállalnunk kell, vagy elpusztulunk menthetetlenül. Gyakran hangoztatjuk, hogy követeljük jogainkat – anélkül, hogy a felelősséget is vállalnánk. Egészek akarunk lenni anélkül, hogy valaminek a részévé válnánk. Ez a narcizmus, egocentrizmus, regresszió és újra-eltörzsiesedés kultúrája. Ma az egoista jogok keresésének és a felelősség el-/másra hártásának az orgiáját éljük. Mindenki önálló, elkülönült egész akar lenni, követeli a saját jogait, de senki sem akarja felvállalni a felelősséget a közösségért. Ezt a problémát sem az ego, sem az öko tábor nem tudja megoldani. Az egyik kulcsprobléma éppen az mindkét verzióban, vagyis a Lapos-világ paradigmájában, hogy a jogok és a felelősségek felismerése teljesen elsilányult, ezeket gyakran elfelejtettük. A Lapos-világ ego-megvilágosodás verziója a következőképpen néz ki: a dolgoktól elkülönülő és autonóm ego csak magának akar autonómiát. A racionális ego egy önmagát tartalmazó egésznek tekinti magát, így önmagában intrinzik értéke van, és ennek megfelelően jogai. Minden más holon csak rész, így csak rész-értékekkel, extrinzik értékekkel rendelkezik. Eszközök ezek az ego vágyaiban és terveiben, így az elkülönült ego csinálhatja a saját dolgait, és olyan nyomást gyakorolhat a saját környezetére maga körül, amelyet csak akar, mivel minden már csak az ego eszköze. Az ökoromantikus szemléletben az egyedüli valóság a jelenségek összefüggő hálója – itt nem az egonak, hanem a Nagy Hálónak tulajdonítanak egyoldalú értéket. Mivel egyedül ezt tekintik végső valóságnak, ennek van a szemükben intrinzik értéke. Minden más holon csak eszköze a Nagy Háló fenntartásának. Ez ökofasizmus. Egyedül a Nagy Hálónak vannak jogai, minden más azt szolgálja ki.

⁶² Ha áttoljuk a felelősséget a politikusokra, ökológusokra, természetvédőkre és egyéb szakemberekre, ha tőlük várjuk a megoldást, akkor menthetetlenül elpusztulunk. Magunknak kell ezt meglépni, nem várhatunk másra.

Mivel mindent a Lapos-világ keretein belül értelmeznek, rögtön összekeverik az alapértéket az intrinzik értékkel, és a biológiai egyenlőség teljes zavarához jutnak. Összekeverik tehát az alapértékeket – minden holonnak abszolút értelemben véve egyenlő értéke van, ami igaz is – az intrinzik értékkel – minden holonnak ugyanaz a relatív értéke, ami viszont nem igaz. Ez a mély okológiai megközelítés, háttérében az ipari világnézettel. Olyan szemléletre van szükségünk, amely mind a három fajta értéket egyaránt figyelembe veszi. Ebben az etikában látjuk, hogy minden a Szellem manifesztációja és kifejeződése, így egyformán értékes és szent. Ugyanakkor viszont pragmatikus különbséget teszünk az intrinzik értékek között – nem mindegy, hogy egy kőbe rúgunk-e bele vagy egy emberszabásúba. Jobb megenni a sárgarépat, mint a marhát, jobb gabonán élni, mint emlősökön. Ebből a fajta környezeti etikából a következő alapvető szabály következik: elégítsük ki az életszükségleteinket, ugyanakkor a lehető legkisebb mélységet fogyasszuk és pusztítsuk el. A lehető legkisebb kárt tegyük a tudatban, és a lehető legkevesebb intrinzik értéket pusztítsd el. Pozitívan megformulázva: a lehető legtöbb mélységet védj meg, és támogasd. Nem állhatunk meg ezeknél a felszólításoknál, mert ezek csak a mélységet fedik le, de a kiterjedését nem, a hatóerőt igen, a közösségvállalást nem, csak az egészséget, a részeket nem.

Ezentúl meg akarjuk védeni a még *legnagyobb mélységet a legnagyobb kiterjedés érdekében*. Nemcsak megőrizni a nagyobb mélységet – ami önmagában fasiszta és antropocentrikus – és nemcsak megőrizni a nagyobb kiterjedést – ami önmagában totalitárius és öko-fasiszta –, hanem inkább megőrizni a nagyobb mélységű dolgokat a nagyobb kiterjedésükért. A nagyobb mélység fent van, a nagyobb kiterjedést lent. Védjük és őrizzük az evolúcióban kifejlődött felsőbb szinteket azért, hogy az alsóbb szintek életben maradhassanak, és működni tudjanak, hisz felismerjük, hogy ha azok összeomlanak, akkor mi is összeomlunk.

Az alapvető morális intuíció

A "védd meg és támogasd a nagyobb mélységet a nagyobb kiterjedésért!" imperatívusza a spirituális intuícióból fakad, nem pedig valami elméleti, mondva csinált dolog. Amikor az embernek spirituális intuíciói vannak, akkor ezeket automatikusan érzi, anélkül, hogy ezt külön erőltetni vagy akarni kellene. Ez jön automatikusan mint készletés, amikor intuitíven ráérezzük a Szellemre. Ilyenkor automatikusan mind a négy kvadránsra ráérezzük, nemcsak önmagunkra, egyaránt érezzük az összes többi érző lényt, akik a Szellemet velünk osztják. Ezért aztán meg akarjuk védeni és támogatni őket, bennük is a Szellemet. A Szellemre érzünk rá, amely minden lényben benne van, ezért minden lényt meg akarunk védeni. A spirituális igazság és tisztaság megtapasztalásával hihetetlenül motiváltak leszünk arra, hogy ezt a spirituális ébredést, kifejlődést a lehető legtöbb lényben elősegítsük. Arra is készletést érzünk, hogy mindezt megnyilvánítsuk mint a világ dolgainak objektív állását – kifejezzük, elmondjuk azt, ahogyan a dolgok vannak. A spirituális intuíció tiszta felfogásából és megértéséből az is következik, hogy az én mélységét a mi kiterjedésére is ki akarjuk terjeszteni mint a dolgok tényszerű állását: Buddha, Dharma, Szangha. Így védjük meg és támogatjuk a legnagyobb mélységet a legnagyobb kiterjedés érdekében. Úgy látom, hogy minden holonban benne van ez az alapvető morális intuíció, nemcsak az emberekben, azonban csak a mélyebb holonok válnak erre tudatássá. Ahogy a holon mélysége nő, úgy válik minderre egyre inkább tudatossá. Egyre több és több másik holonra terjeszti ki a folyamatot. Ahhoz, hogy a nagyobb mélységet támogassuk a nagyobb kiterjedtségért, az intrinzik értékek különbségeit illetően pragmatikus ítéleteket kell hoznunk. Ha valamit elpusztítunk a saját életszükségleteink kielégítése céljából, tudnunk kell róla, hogy mekkora a mélysége. Ekkor képesek vagyunk megítélni, hogy jobb-e egy répat elpusztítani, mint egy marhát. Mikor Alan Wattstól megkérdezték, hogy miért

vegetáriánus, azt válaszolta, hogy azért, mert a marhák hangosabban bögnék a répáknál. *Ugyanezt azonban meg kell fontolnunk a kiterjedtséggel kapcsolatban is*, hogy megelőzzük a dominátor hierarchia alakuljon ki. Egy éles példával azt mondhatom, hogy ha választanom kellene, hogy megöljem Al Caponét vagy egy tucat emberszabásút, akkor Caponét választanám. Semmi szent és sérthetetlen nincs az emberi holonban, ez önmagában jelentés nélküli. Ez önmagában teljesen antropocentrikus, annak a legrosszabb ételmében. Persze ez ennél azért kicsit bonyolultabb, és most lehet, hogy utalnom kellene egy másik könyvre, ahol ezt jobban kifejtem, de a céloom most az, hogy egy áttekintő képet adjak a holarchikus etikáról, amely nemcsak a mélységet, a fejlődésben előrehaladottabb lényeket védi, hanem a kiterjedést is a mélységen át. Mindez egy közös alapértéken, az Ürességen nyugszik, amely a legnagyobb mélységet a legnagyobb kiterjedésért támogatja. Azt hiszem ugyanez olvasható ki a Bodhiszattvák könnyeiből is, melyeket szüntelenül ontanak szerte a világon.

Búcsú a Lapos-világtól

Láthattuk, hogy a problémák, amelyeket érintettünk – a kulturális szakadék, az emberek vertikális integrációjának kérdése, a környezeti etika kérdése – mind a síkvilág elutasításán áll vagy bukik. Beszéltünk egy küszöbön álló változásról, amely már sokféle módon ma is történik (pl. úgy, hogy most ezt a könyvet olvassuk – ford.). Nem hinném, hogy ez a transzformáció a Nagy Hármassal integrálása nélkül végbemehetne. Ha a posztmodern átalakulás nem képes integrálni ezt a hármast, akkor az nem fog megfelelni a húsz alaptétel törvényszerűségeinek, és nem lesz képes továbbfejlődni az evolúcióban. Ekkor az evolúció törölni fogja a világ színéről az emberiséget. A holnapot nem tudjuk a tegnapi sérüléseink felépíteni. Egy olyan társadalmi formának és kultúrának kell kifejlődnie, amely integrálja a tudatosságot, a kultúrát és a természetet, így helyet kapnak benne a tudomány, a művészet és a morál, a személyes értékek, a kollektív tudás és a technológiai knowhow. Ezt a lépést nem tudjuk megtenni, ha nem szabadulunk meg a Lapos-világ béklyóitól. Csak a Lapos-világ-beli nézeteink és kultúránk feladásával tudunk ráhangolódni önmagunkra, a belső valóságunkra, összehangolódni a Szellemmel, meglátni a valóságot és túlélni a kríziseinket. Így tudunk egy autentikus környezeti etikához jutni, amelyben az összes lény – kik mind meghajolnak a tökéletes áldás előtt – egyformán fontos szerepet kap. Csak így tudjuk kezelni a rémisztő kulturális szakadékot és szabaddá tenni az embereket, ami által kifejezhetik a legmélyebb lehetőségeiket egy őket bátorító kultúrában. A közös javainkat is csak így tudjuk ingyenesen közzé tenni, a szabad kommunikációs lehetőségeink segítségével, amely decentrál az egocentrikus, etnocentrikus, nacionalista, imperialista szemléletről – ezek mind elsüllyednek a háborúskodásokban és a faji kérdésekben. Csak így tudjuk megvalósítani a víziológika tudatállapotának igazi lehetőségeit, és csak így vagyunk képesek az információs szupersztrádáinkat megtenni az együttműködő közösségbe lépésünk alapjává ahelyett, hogy az a digitális anarchia eszközévé váljon. Ezáltal a Net a globális részekre szakadás, fragmentáció helyett a globális konvergencia és összetartás hajnalát hozhatja. Csak a Lapos-világ meghaladásával tudjuk megalkotni azt a világszövetséget, a nemzetek azon családját, amely egy holarchikus konvergenciában jelenik meg a világlélek körül. A transzperszonális és a spirituális területek iránt érdeklődő emberek ekkor tudják csak egyesíteni az aszcendens és deszcendens utakat. A Lapos-világban vagy csak aszcendensek lehetünk (úgy, ahogyan tagadjuk a Lapos-világ létezését), vagy csak deszcendensek (Istent próbálunk csinálni a Lapos-világból).

És ott, a szív titkos barlangjának rejtett zugában elrejtve, ahol az Isten és az Istennő végleg egyesül, ahol az Üresség és a Forma egymást ölelik, ahol az Örökkévalóság örömtelien zengi

a nemes idő dicshimnuszait, ahol Shiva kontrolltvesztve ájul bele a ragyogó Shaktiba, ahol az Aszcendens és a Deszcendens erotikusan átöleli egymást az Egy tenyér csattanásának hangjában – ott, örökké az univerzum Egy-Ízében a Kozmosz felismeri a saját igaz természetét, és önmagát látja abban a néma felismerésben, amely egyetlen lelket sem hagy ki mindebből a lenyűgöző meséből.

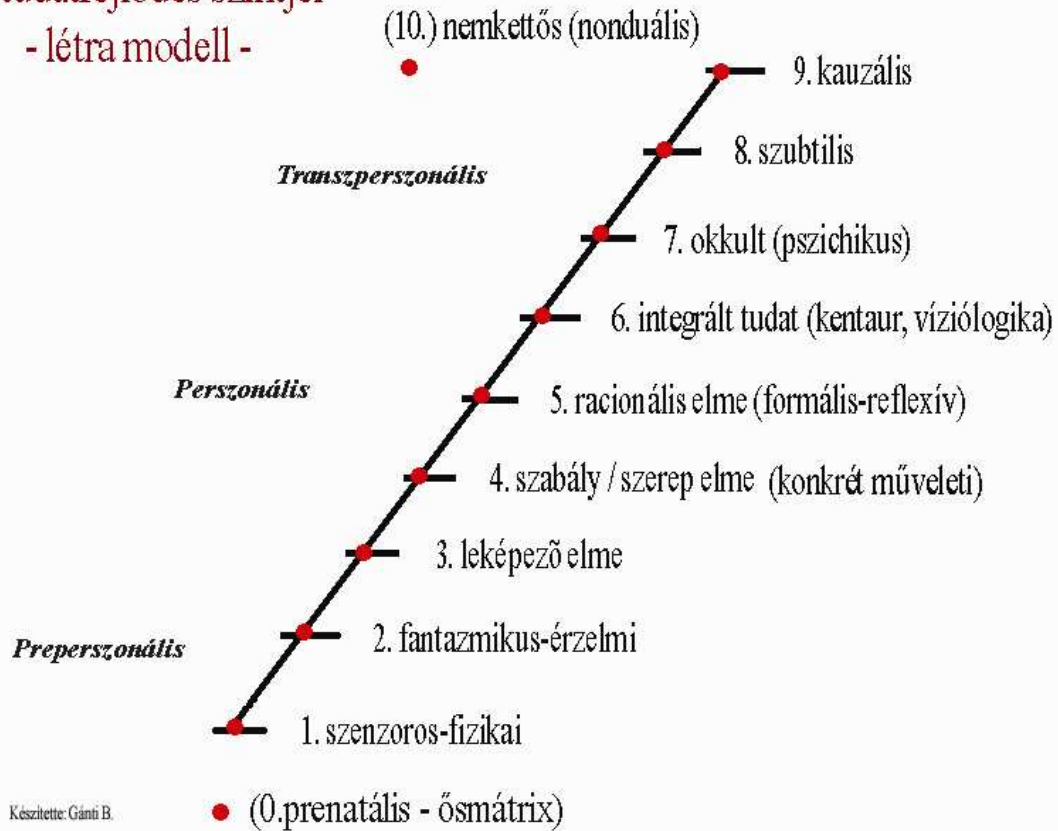
És emlékszel? Ott a szívedben, ahol a pár végül is egyesül, az egész játék soha meg nem történt, az egész evolúció rémálma soha nem is létezett, és pont ugyanott vagy, ahol az egész show elkezdése előtt voltál. Egy hirtelen sokkban egyszer csak felismered a teljesen nyilvánvalóan saját Eredeti Arcodat, azt az arcodat, amely már a Big Bang előtt is megvolt, a teljes Üresség arcát, amely az összes teremtmény képében mosolyog rád, és a Kozmosz összes hangjában énekel – ebben az őseredeti pillanatban felismered, hogy mindezt senki sem csinálja. Nem marad más, mint a mosoly és a hold tükröződése egy késői, kristálytisza éjjelen.

1. FÜGGELÉK: A létramodell, alapábra

(készítette: Gánti Bence)

A tudatfejlődés szintjei

- létra modell -



2. FÜGGELÉK: Ken Wilber könyvei és hozzá kapcsolódó anyagok

Könyvek – időrendben:

A csillaggal jelöltek jelentek meg magyarul, lásd a lista végén.

1. **The Spectrum of Consciousness**, 1977, anniv. ed. 1993, ISBN 0-8356-0695-3
2. ***No Boundary: Eastern and Western Approaches to Personal Growth**, 1979, reprint ed. 2001, ISBN 1-57062-743-6
3. **The Atman Project: A Transpersonal View of Human Development**, 1980, 2nd ed., ISBN 0-8356-0730-5
4. **Up from Eden: A Transpersonal View of Human Evolution**, 1981, new ed. 1996, ISBN 0-8356-0731-3
5. **The Holographic Paradigm and Other Paradoxes: Exploring the Leading Edge of Science** (editor), 1982, ISBN 0-394-71237-4
6. **A Sociable God: A Brief Introduction to a Transcendental Sociology**, 1983, new ed. 2005 subtitled *Toward a New Understanding of Religion*, ISBN 1-59030-224-9
7. **Eye to Eye: The Quest for the New Paradigm**, 1984, 3rd rev. ed. 2001, ISBN 1-57062-741-X
8. **Quantum Questions: Mystical Writings of the World's Great Physicists** (editor), 1984, rev. ed. 2001, ISBN 1-57062-768-1
9. **Transformations of Consciousness: Conventional and Contemplative Perspectives on Development** (co-authors: Jack Engler, Daniel Brown), 1986, ISBN 0-394-74202-8
10. **Spiritual Choices: The Problem of Recognizing Authentic Paths to Inner Transformation** (co-authors: Dick Anthony, Bruce Ecker), 1987, ISBN 0-913729-19-1
11. ***Grace and Grit: Spirituality and Healing in the Life of Treya Killam Wilber**, 1991, 2nd ed. 2001, ISBN 1-57062-742-8
12. **Sex, Ecology, Spirituality: The Spirit of Evolution**, 1st ed. 1995, 2nd rev. ed. 2001, ISBN 1-57062-744-4
13. ***A Brief History of Everything**, 1st ed. 1996, 2nd ed. 2001, ISBN 1-57062-740-1
14. **The Eye of Spirit: An Integral Vision for a World Gone Slightly Mad**, 1997, 3rd ed. 2001, ISBN 1-57062-871-8
15. **The Essential Ken Wilber: An Introductory Reader**, 1998, ISBN 1-57062-379-1

16. **The Marriage of Sense and Soul: Integrating Science and Religion**, 1998, reprint ed. 1999, ISBN 0-7679-0343-9
17. **One Taste: The Journals of Ken Wilber**, 1999, rev. ed. 2000, ISBN 1-57062-547-6
18. **Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy**, 2000, ISBN 1-57062-554-9
19. **A Theory of Everything: An Integral Vision for Business, Politics, Science and Spirituality**, 2000, paperback ed., ISBN 1-57062-855-6
20. **Boomeritis: A Novel That Will Set You Free**, 2002, paperback ed. 2003, ISBN 1-59030-008-4
21. **The Simple Feeling of Being: Visionary, Spiritual and Poetic Writings**, 2004, ISBN 1-59030-151-X (selected from earlier works)
22. ***Integral Spirituality: A Startling New Role for Religion in the Modern and Postmodern World**, 2006, ISBN 1-59030-346-6

Magyarul ebből megjelent (2006-ig):

- (2) **Határok nélkül**, Édesvíz Kiadó, Budapest, 2000
- (11) **Áldás és Állhatosság: Spiritualitás és gyógyulás. Treya Killam Wilber élete és halála**. Ursus Libris Kiadó, Budapest, 2005
- (13) **A Működő Szellem rövid története**, Európa Kiadó, 2003
- (+) **Bevezetés a transzperszonális pszichológiába** – válogatás Abraham Maslow, Roberto Assagioli, és Ken Wilber írásaiból, Ursus Libris Kiadó, 2006

2007-re kiadói tervben van:

- (22) **Integrál Spiritualitás**, Ursus Libris Kiadó

A pszichológia, a transzperszonális pszichológia és az integrál pszichológia iránt érdeklődőknek különösen ajánlom az 1, 2, **3**, 9, 12, **13**, **18**, **22** és **(±)** könyveket, s ebből is kiemelten a vastag számúakat! (Aláhúzott az, amit magyarul is kiadtak 2006-ig.)

CD, DVD, Multimédia:

Speaking of Everything (2 hour audio interview on CD), 2001

Kosmic Consciousness (12 hour audio interview on ten CDs), 2003, ISBN 1-59179-124-3
With Cornel West, commentary on The Matrix, The Matrix Reloaded and The Matrix

Revolutions and appearance in Return To Source: Philosophy & The Matrix on The Roots Of The Matrix, both in The Ultimate Matrix Collection, 2004

The Integral Operating System (a 69 page primer on AQAL with DVD and 2 audio CDs), 2005, ISBN 1-59179-347-5

Stuart Davis: Between the Music: Volume 1 and Volume 2 (DVDs)

Mások által írt könyvek Wilberről:

Donald Jay Rothberg and Sean Kelly, **Ken Wilber in Dialogue:** Conversations With Leading Transpersonal Thinkers, 1998, ISBN 0-8356-0766-6

Joseph Vrinte, **Perennial Quest for a Psychology with a Soul:** An inquiry into the relevance of Sri Aurobindo's metaphysical yoga psychology in the context of Ken Wilber's integral psychology, Motilal Banarsidass, 2002, ISBN 81-208-1932-2

Frank Visser, Ken Wilber: **Thought As Passion,** SUNY Press, 2003, ISBN 0-7914-5816-4, (first published in Dutch as Ken Wilber: Denken als passie, Rotterdam, Netherlands, 2001)

Brad Reynolds, Embracing Reality: **The Integral Vision of Ken Wilber:** A Historical Survey and Chapter-By-Chapter Review of Wilber's Major Works, 2004, ISBN 1-58542-317-3

Lew Howard, **Introducing Ken Wilber,** May 2005, ISBN 1-4208-2986-6

Raphael Meriden, **Entfaltung des Bewusstseins:** Ken Wilbers Vision der Evolution, 2002, ISBN 88-87198-05-5

3. FÜGGELÉK: Wilberrel kapcsolatos honlapok

Nemzetközi:

www.kenwilber.com – Wilber személyes honlapja

www.integralinstitute.org – A Wilber által vezetett fő integrál szerveződés, az Integrál Intézet honlapja, az Integrál Multiplex ugrópontjaival

in.integralinstitute.org – többszáz (!) letölthető videó és hangfelvétel, melyen Wilber beszélget az integrál intézet workshopjain vezető integrál gondolkodó személyiségekkel. Az oldal fizetős, 10\$ (2000Ft) / hó.

www.integralspiritualcenter.com – az integrál spiritualitás honlapja

www.myilp.com – az Integrál Élet Gyakorlatok honlapja

Magyar:

www.integralvilag.hu – a wilberi integrál szemlélet hazai portálja – folyamatosan épülőben

www.monasz.hu – a hazai integrál iskola – keresd ezen belül is az integrál pszichológia szakot!

www.bencelap.hu – Gánti Bence személyes lapja – benne letölthető írások és előadások letölthető mp3 hangfelvételei a témában